

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

Н.Н. Елесина

Дата 04.04.2022г.

	Выход в граммах	
	1 мл.	сад
<b><u>Завтрак</u></b>		
Омлет натуральный	120	150
Хлеб пшеничный	20	30
Конфета	20	40
Кофейный напиток на молоке	150	200
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Сок фруктовый	100	100
<b><u>Обед</u></b>		
Суп вермишелевый на м/к бульоне	150	200
Овощная нарезка (капуста квашеная)	30	40
Гречка отварная с маслом	100	130
Котлета мясная	60	80
Соус томатный	30	30
Компот из с/ф	150	200
Хлеб ржаной	20	40
Хлеб пшеничный	40	50
<b><u>Полдник</u></b>		
Рулетик с повидлом	60	80
Чай с сахаром	150	200
<i>Белки</i>	45,70	53,44
<i>Жиры</i>	75,17	82,63
<i>углеводы</i>	255,81	272,2
<i>калорийность</i>	1629,4 3	1885,5