

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

Н.И. Влесина

Дата 18.04.2022г



Выход в граде

мл. сад

Завтрак

Омлет натуральный 120 150

Хлеб пшеничный 20 30

Конфета 20 40

Кофейный напиток на молоке 150 200

2 завтрак

Яблоко 100 100

Обед

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

Полдник

Рулетик с повидлом 60 80

Чай с сахаром 150 200

Белки 45,70 53,

Жиры 75,17 82,

углеводы 255,81 272

калорийность 1629,4 1883