

Утверждаю:

Ст.воспитатель МКДОУ д/с №3

Т.В.Строкова

Дата 28.09.2022г.

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<b><u>Завтрак</u></b>		
Каша молочная пшеничная	150	200
Батон	20	20
Сыр	15	20
Какао с молоком	150	200
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Яблоко	100	100
<b><u>Обед</u></b>		
Суп из рыбных консервов	150	200
Овощная нарезка (помидор свежий)	30	40
Макароны с маслом	110	160
Котлета рубленая из птицы	60	80
Соус томатный	30	30
Кисель фруктовый	150	200
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40
<b><u>Полдник</u></b>		
Ватрушка с творогом	60	80
Чай с сахаром и лимоном	150	200
белки	25.69	31.28
жиры	19.36	25.82
углеводы	65.1	71.75
калорийность	445.5	565.6
	5	