

Утверждаю:

Ст. воспитатель МКДОУ д/с №3

Смирнова
Т.В. Строкова

Дата 12.10.2022г.

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная пшеничная	150	200
Батон	20	20
Сыр	15	20
Какао с молоком	150	200
<u>2 завтрак</u>		
Яблоко	100	100
<u>Обед</u>		
Суп из рыбных консервов	150	200
Овощная нарезка (капуста свежая)	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
<u>Полдник</u>		
Ватрушка с творогом	60	80
Чай с сахаром и лимоном	150	200
<i>белки</i>	25.69	31.28
<i>жиры</i>	19.36	25.82
<i>углеводы</i>	65.1	71.75
<i>калорийность</i>	445.5	565.6
	5	