

Утверждаю:
Заведующий МК ЛСОУ д/с №3
Еленина Н.Н. Еленина

Дата 07.11.2022г.



Выход в гр.
Г.м. сад

Завтрак

Запеканка из творога	120	150
Соус сметанный сладкий	25	30
Кофейный напиток на молоке	150	200

2 завтрак

Сок фруктовый	100	100
---------------	-----	-----

Обед

Суп гороховый на м/к/б	150	200
Овощная нарезка (свекла вареная)	30	40
Плов с мясом	140	170
Кисель фруктовый	150	200
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40

Полдник

Булочка ванильная	60	80
Чай с сахаром	150	200

<i>белки</i>	<i>47.05</i>	<i>53.7</i>
<i>жиры</i>	<i>44.69</i>	<i>52.8</i>
<i>углеводы</i>	<i>221.3</i>	<i>241. 4</i>
<i>калорийность</i>	<i>1753</i>	<i>1948</i>