

Утверждаю:  
Заведующий МКОУ д/с №3  
И.Н.Елесина

Дата 16.11.2022г

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<b><u>Завтрак</u></b>		
Каша молочная рисовая	150	200
Батон	20	30
Масло сливочное	15	20
Кофейный напиток на молоке	150	200
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Сок фруктовый	100	100
<b><u>Обед</u></b>		
Суп крестьянский на м/к бульоне	150	200
Овощная нарезка (морковь)	30	40
Картофельное пюре	110	160
Бефстроганов	85	110
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40
Кисель фруктовый	150	200
<b><u>Полдник</u></b>		
Яйцо отварное	40	40
Икра кабачковая	40	60
Хлеб пшеничный	20	20
Чай с сахаром	150	200
<i>белки</i>	<i>33.99</i>	<i>48.67</i>
<i>жиры</i>	<i>30.91</i>	<i>43.9</i>
<i>углеводы</i>	<i>148.1</i>	<i>203</i>
<i>калорийность</i>	<i>1450</i>	<i>1824.2</i>