Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3
_____ Н.Н.Елесина
Дата **29.11.2022г.**

| | Выход в гр. | |
|---|---|---|
| | 1 мл. | сад |
| ***Завтрак***<br>Каша молочная геркулесовая | 150 | 200 |
| Сыр | 15 | 20 |
| Батон | 20 | 30 |
| Какао на молоке | 150 | 200 |
| ***2 завтрак***<br>Сок фруктовый | 100 | 100 |
| ***Обед***<br>Щи на мясокостном бульоне | 150 | 200 |
| Овощная нарезка (свекла) | 30 | 40 |
| Макаронник с мясом | 150 | 170 |
| Кисель фруктовый | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 50 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| ***Полдник***<br>Кондитерская изделия(печенье) | 20 | 40 |
| Снежок | 150 | 200 |
| | | |
| *белки* | 38.5 | 56.6 |
| *жиры* | 44.3 | 65.1 |
| *углеводы* | 219 | 287.35 |
| *калорийность* | 1481.06 | 1973.2 |