

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

Е.Н. Елесина
Е.Н. Елесина

Дата 19.12.2022г.

| | Выход в гр. | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|
| | 1 мл. | сад |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Запеканка из творога | 120 | 150 |
| Соус сметанный сладкий | 25 | 30 |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 200 |
| | | |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Сок фруктовый | 100 | 100 |
| | | |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| | | |
| <u>Полдник</u> | | |
| 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.</i> |
| | | <i>4</i> |
| <i>калорийность</i> | <i>1753</i> | <i>1948</i> |