

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3  
Н.Н.Елесина

Дата 27.12.2022г.

|                               | Выход в гр. |        |
|-------------------------------|-------------|--------|
|                               | 1 мл.       | сад    |
| <b><u>Завтрак</u></b>         |             |        |
| Каша молочная геркулесовая    | 150         | 200    |
| Сыр                           | 15          | 20     |
| Батон                         | 20          | 30     |
| Какао на молоке               | 150         | 200    |
| <b><u>2 завтрак</u></b>       |             |        |
| Сок фруктовый                 | 100         | 100    |
| <b><u>Обед</u></b>            |             |        |
| 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     |
| <b><u>Полдник</u></b>         |             |        |
| Кондитерская изделия(печенье) | 20          | 40     |
| Снежок                        | 150         | 200    |
|                               |             |        |
| <i>белки</i>                  | 38.5        | 56.6   |
| <i>жиры</i>                   | 44.3        | 65.1   |
| <i>углеводы</i>               | 219         | 287.35 |
| <i>калорийность</i>           | 1481.0      | 1973.2 |
|                               | 6           |        |