

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

Дата **19.01.2023г**



Выход в гр.

	1 мл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная пшеничная	150	200
Батон	20	30
Сыр	15	20
Чай каркаде	150	180
<u>2 завтрак</u>		
Яблоко	100	100
<u>Обед</u>		
Суп крестьянский на м/к бульоне	150	200
Овощная нарезка (капуста свежая)	30	40
Отварные макароны с маслом	100	150
Бефстроганов	85	110
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40
Компот из сухофруктов	150	200
<u>Уплотненный полдник</u>		
Овощное рагу с курицей	150	180
Ватрушка с творогом	50	70
Хлеб пшеничный	20	20
Какао с молоком	150	180
<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>