

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3
Елисина Н.Н. Елисина
Дата 24.01.2023г.

	Выход в гр.	
	мл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная геркулесовая	150	200
Сыр	15	20
Батон	20	30
Какао на молоке	150	200
<u>2 завтрак</u>		
Сок фруктовый	100	100
<u>Обед</u>		
Щи из свежей капусты на м/к 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
<u>Уплотненный полдник</u>		
Рис отварной	100	110
Котлета куриная	60	80
Соус томатный	20	20
Хлеб пшеничный	20	20
Печенье	20	40
Чай каркаде	150	180
<i>белки</i>	51,07	60,28
<i>жиры</i>	59,78	65,02
<i>углеводы</i>	196,1	227,44
	5	
<i>калорийность</i>	1564,00	1973,2