

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

Дата 30.01.2023г.

	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 курицей	140	170
Кисель фруктовый	150	200
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40
<u>Уплотненный полдник</u>		
Жаркое по-домашнему	150	200
Хлеб пшеничный	20	20
Булочка ванильная	60	70
Чай с сахаром	150	180
<i>белки</i>	47.0 5	53.7
<i>жиры</i>	44.6 9	52.8
<i>углеводы</i>	221. 3	241. 4
<i>калорийность</i>	1753	1948