

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

*Елесина* Н.Н.Елесина

Дата 14.02.2023г

	Выход в гр.	
	гмл.	сад
<b><u>Завтрак</u></b>		
Каша молочная манная	150	200
Батон	20	30
Повидло	15	20
Какао на молоке	150	180
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Яблоко	100	100
<b><u>Обед</u></b>		
Борщ на м/к/бульоне	150	200
Овощная нарезка (огурец соленый)	30	40
Суфле мясное	80	100
Компот из с/ф	150	200
Хлеб ржаной	20	40
Хлеб пшеничный	40	50
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
Макароны с маслом	100	120
Котлета мясная	60	80
Соус томатный	20	20
Хлеб пшеничный	20	20
Круассан с начинкой	20	40
Чай с сахаром и лимоном	150	180
<i>белки</i>	<i>31.82</i>	<i>54.7</i>
<i>жиры</i>	<i>43.4</i>	<i>57.7</i>
<i>углеводы</i>	<i>168.7</i>	<i>223.78</i>
<i>калорийность</i>	<i>1378.</i>	<i>1748</i>
	<i>1</i>	