

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

Е.И.Иванова Н.Н. Елесина

Дата 09.03.2023г.

| | Выход в гр. | |
|-----------------------------------|-------------|------------|
| | 1 мл. | сад |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша молочная гречневая | 150 | 200 |
| Батон | 20 | 30 |
| Сыр | 8 | 10 |
| Какао с молоком | 150 | 200 |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Снежок | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| Суп «Харчо» на курином бульоне | 150 | 200 |
| Овощная нарезка (огурец соленый) | 30 | 40 |
| Капуста тушеная | 120 | 150 |
| Курица отварная | 60 | 80 |
| Кисель фруктовый | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 50 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Лапшевник с творогом | 130 | 150 |
| Соус молочный сладкий | 20 | 30 |
| Плюшка с сахаром | 60 | 70 |
| Чай каркаде | 150 | 200 |
| | | |
| <i>белки</i> | 38.60 | 50.0 |
| <i>жиры</i> | 37.1 | 47.93 |
| <i>углеводы</i> | 152 | 204.3 |
| <i>калорийность</i> | 1430 | 1812. 4 |