

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3  
И.Н. Глессина

Дата 10.03.2023г

	Выход в гр.	
	г.мл.	сад
<b><u>Завтрак</u></b>		
Суп молочный вермишелевый	150	200
Батон	20	30
Масло сливочное	8	10
Кофейный напиток на молоке	150	180
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Яблоко	100	100
<b><u>Обед</u></b>		
Борщ на курином бульоне с фасолью	150	200
Овощная нарезка (кукуруза консервированная)	30	40
Картофельное рагу с курицей	150	200
Компот из с/ф	150	200
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
Ленивые голубцы	120	150
Яйцо отварное	40	40
Икра кабачковая	40	60
Хлеб пшеничный	20	20
Чай с сахаром и лимоном	150	200
<i>белки</i>	41.84	58.52
<i>жиры</i>	54.61	66.8
<i>углеводы</i>	190.3 9	263.19
<i>калорийность</i>	1446. 3	2075.1