

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

Дата 13.03.2023г.

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<b><u>Завтрак</u></b>		
Запеканка из творога	120	150
Соус сметанный сладкий	25	30
Кофейный напиток на молоке	150	200
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Сок фруктовый	100	100
<b><u>Обед</u></b>		
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
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
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