

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3
Н.Н.Елесина
Дата 17.03.2023г.



Выход в гр.

1 мл. сад

Завтрак

Каша молочная сборная 150 200

Масло сливочное 8 10

Батон 20 30

Чай с сахаром и
лимоном 150 200

2 завтрак

Сок фруктовый 100 100

Обед

Свекольник на
м/к/бульоне 150 200

Овощная нарезка
(горошек зеленый) 30 40

Рыбная котлета 60 80

Картофельное пюре 100 150

Соус томатный 30 30

Кисель фруктовый 150 200

Хлеб пшеничный 40 50

Хлеб ржаной 20 40

Уплотненный полдник

Отварная гречка с
маслом 100 130

Шницель куриный 50 70

Чай с сахаром 150 200

Соус томатный 20 20

Хлеб пшеничный 20 20

Вафли 20 35

Компот из сухофруктов 150 180

белки 53.27 62.54

жиры 53.02 68.51

углеводы 180.8 253.6

8 6

калорийность 1521 1831.

95