

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

Дата 29.03.2023г.

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная рисовая	150	200
Батон	20	20
Яйцо куриное	20	20
Кофейный напиток на молоке	150	180
<u>2 завтрак</u>		
Снежок	100	100
<u>Обед</u>		
Суп крестьянский на м/к бульоне	150	200
Овощная нарезка (морковь)	30	40
Картофельное пюре	110	150
Котлета рубленая из птицы	60	80
Соус томатный	30	30
Кисель фруктовый	150	200
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40
<u>Уплотненный полдник</u>		
Рис отварной	100	120
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	60	80
Пряник	20	40
Хлеб пшеничный	20	20
Чай с сахаром	150	180
<i>белки</i>	25.69	31.28
<i>жиры</i>	19.36	25.82
<i>углеводы</i>	65.1	71.75
<i>калорийность</i>	445.5	565.6
	5	