

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3
Н.Н.Елесина
Дата 04.04.2023г.

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная геркулесовая	150	200
Сыр	15	20
Батон	20	30
Какао на молоке	150	200
<u>2 завтрак</u>		
Сок фруктовый	100	100
<u>Обед</u>		
Щи из свежей капусты на м/к бульоне	150	200
Овощная нарезка (свекла)	30	40
Макаронник с мясом	150	170
Кисель фруктовый	150	200
Хлеб пшеничный	40	50
Хлеб ржаной	20	40
<u>Уплотненный полдник</u>		
Рис отварной	20	40
Котлета куриная	100	110
Соус томатный	70	90
Хлеб пшеничный	20	20
Печенье	25	30
Чай каркаде	20	40
белки	150	180
жиры	38.5	56.6
углеводы	44.3	65.1
калорийность	219	287.35
	1481.06	1973.2