

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3

Елесина Н.Н. Елесина

Дата 27.04.2023г.



Выход в гр.

1 мл. сад

Завтрак

Каша молочная
пшеничная 150 200

Батон 20 30

Сыр 15 20

Чай каркаде 150 180

2 завтрак

Яблоко 100 100

Обед

Суп с рыбными
консервами 150 200

Овощная нарезка
(капуста квашеная) 30 40

Отварные макароны с
маслом 100 150

Бефстроганов 85 110

Хлеб пшеничный 40 50

Хлеб ржаной 20 40

Компот из сухофруктов 150 200

Уплотненный полдник

Овощное рагу с
курицей 150 180

Ватрушка с творогом 50 70

Хлеб пшеничный 20 20

Какао с молоком 150 180

белки 33.99 48.67

жиры 30.91 43.9

углеводы 148.1 203

калорийность 1450 1824.2