

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

Дата 02.05.2023г.

| | 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 | 100 | 110 |
| Котлета куриная | 70 | 90 |
| Соус томатный | 20 | 20 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 30 |
| Печенье | 20 | 40 |
| Чай каркаде | 150 | 180 |
| <i>белки</i> | 38.5 | 56.6 |
| <i>жиры</i> | 44.3 | 65.1 |
| <i>углеводы</i> | 219 | 287.35 |
| <i>калорийность</i> | 1481.06 | 1973.2 |