

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

Дата 01.06.2023г

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Каша жидкая молочная манная	150/5	200/5
Масло(порциями)	5	5
Чай с молоком	150	200
Хлеб пшеничный	40	30
<u>2 завтрак</u>		
Фрукты свежие	100	100
<u>Обед</u>		
Борщ с капустой и картофелем	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор свежий, свекла отварная)	30	50
Макаронные изделия отварные с маслом	110/5	130/5
Тефтели мясные	50	70
Соус томатный	20	30
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб ржаной	20	30
Напиток лимонный	150	180
<u>Уплотненный полдник</u>		
Каша вязкая молочная из риса и пшена дружба	150	180
Вафли	50	70
Компот из сушеных фруктов	150	180
белки	31,4	48.67
жиры	29,6	43.9
углеводы	218,4	203
калорийность	1291,9	1824.2