

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

Сидорова Н.Н.Елесина

Дата 27.07.2017



Выход в гр.

1 мл. сад

Завтрак

Каша вязкая молочная манная №185

150/5 200/5

Масло(порциями)№6

5 5

Чай с молоком №394

150 200

Хлеб пшеничный

40 30

2 завтрак

Фрукты свежие(Апельсин)

100 100

Обед

Борщ с капустой и картофелем №57

150 200

Овощи по сезону (огурец или помидор свежий, свекла отварная)

30 50

Макаронные изделия отварные с маслом №205

110/5 130/5

Тефтели мясные№287

50 70

Соус томатный№348

20 30

Хлеб пшеничный

20 30

Хлеб ржаной

20 30

Напиток лимонный

150 180

Уплотненный полдник

Каша вязкая молочная из риса и пшена №175

150 180

Вафли

50 70

Компот из сушеных фруктов№376

150 200

белки

31,4 48.67

жиры

29,6 43.9

углеводы

218,4 203

калорийность

1291, 1824.
9 2