

Утверждаю: _____
Заведующий МКДОУ д/с №3

И.И. Елесина

Дата 18.07.2017

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1 мл. | сад |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150/2 | 200/2 |
| Бутерброд с сыром №3 | 30/5/10 | 30/5/10 |
| Чай с сахаром №392 | 150/8 | 190/10 |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Сок яблочный №399 | 150 | 150 |
| <u>Обед</u> | | |
| Суп из овощей №135 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор свежий, свекла отварная) | 30 | 40 |
| Плов из птицы №304 | 130 | 150 |
| Кисель из повидла, джема, варенья №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Хлеб ржаной | 20 | 30 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Запеканка из творога с соусом №237 | 90/10 | 120/20 |
| Какао с молоком №397 | 150 | 200 |
| <i>белки</i> | <i>53.1</i> | <i>68.3</i> |
| <i>жиры</i> | <i>49.7</i> | <i>61.4</i> |
| <i>углеводы</i> | <i>149.8</i> | <i>188.7</i> |
| <i>калорийность</i> | <i>1271.4</i> | <i>1590.0</i> |