

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

Дата 13.09.2023

	Выход в гр.	
	От 1 до 3 лет	От 3 до 7 лет
<b><u>Завтрак</u></b>		
Каша вязкая молочная из риса и пшена №175	150	200
Хлеб пшеничный	20	40
Сыр (порциями) №7	10	10
Кофейный напиток с молоком №395	150	200
<b><u>2 завтрак</u></b>	100	100
<b><u>Сок яблочный №399</u></b>		
<b><u>Обед</u></b>		
Суп картофельный №77	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор свежий, свекла отварная)	30	50
Котлета, рубленая с белокочанной капустой(говядина) №455	50	70
Макаронные изделия отварные с маслом №205	110/5	130/5
Кисель из повидла, джема, варенья №383	150	180
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб ржаной	20	30
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
Макароны отварные с сыром №206	120	160
Печенье	50	50
Чай с сахаром №392	150	190
белки	37.32	52.74
жиры	47.9	58.74
углеводы	171.58	239.76
калорийность	1405	1882