

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

Дата 19.09.2023

	Выход в гр.	
	гмл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Суп молочный с макаронными изделиями №93	150	200
Бутерброд с сыром №3	45	45
Чай с сахаром №392	150	190
<u>2 завтрак</u>		
Сок яблочный	100	100
<u>Обед</u>		
Суп картофельный №77	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор свежий, свекла отварная)	30	50
Рагу из птицы №289	130	150
Кисель из повидла №383	150	180
Хлеб ржаной	20	30
Хлеб пшеничный	20	30
<u>Уплотненный полдник</u>		
Каша молочная жидкая гречневая №185	130	200
Бутерброд с повидлом №2	50	50
Напиток из плодов шиповника №398	150	200
белки	31.82	54.7
жиры	43.4	57.7
углеводы	168.7	223.78
калорийность	1378.	1748
	1	