

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ д/с №3

И.И. Елесина

Дата 06.10.2013

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<b><u>Завтрак</u></b>		
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
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Сок яблочный №399	150	150
<b><u>Обед</u></b>		
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
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
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>