

Утверждено
Заведующий МКДОУ д/с №3

И.И. Елесина

Дата 20.10.2013г

	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
белки	53.1	68.3
жиры	49.7	61.4
углеводы	149.8	188.7
калорийность	1271.4	1590.0