

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

Дата 10.11.2013

	Выход в гр.	
	От 1 до 3 лет	От 3 до 7 лет
<b><u>Завтрак</u></b>		
Каша жидкая молочная (манная) №185	150	200
Масло сливочное (порциями) №6	5	5
Хлеб пшеничный	20	40
Компот из с/фр. №376	150	180
<b><u>2 завтрак</u></b>		
Сок яблочный №399	100	100
<b><u>Обед</u></b> Борщ с капустой и картофелем №57	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная)	30	50
Плов из птицы №304	130	150
Напиток лимонный №699	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
Чай с молоком №394	150	200
<i>белки</i>	41.84	58.52
<i>жиры</i>	54.61	66.8
<i>углеводы</i>	190.39	263.19
<i>калорийность</i>	1446.3	2075.1