Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с №3
_____ Н.Н.Елесина
Дата 15.11.2023

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
Завтрак Каша вязкая молочная рисовая №174	150	200
Масло(порциями) №6	5	5
Хлеб пшеничный	20	40
Чай с лимоном №393	180	180
2 завтрак Сок яблочный №399	100	100
Обед Суп картофельный с макаронными изделиями №82	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная)	30	50
Рыба, тушенная с овощами №247	60	80
Картофель отварной №125	110	130
Компот из сухофруктов	150	180
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб ржаной	20	30
Уплотненный полдник		
Макароны отварные с сыром №206	120	160
Печенье	50	50
Компот из свежих плодов	150	200
белки	25.69	31.2
жиры	19.36	25.8
углеводы	65.1	71.7
калорийность	445.5 5	565.