

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



Дата 16.11.2023

	Выход в гр.	
	1 мл.	сад
<u>Завтрак</u>		
Каша жидкая молочная манная №185	150/5	200/5
Масло(порциями)№6	5	5
Чай с молоком №394	150	200
Хлеб пшеничный	40	30
<u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Апельсин)	100	100
<u>Обед</u> Борщ с капустой и картофелем №57	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная)	30	50
Макаронные изделия отварные с маслом №205	110/5	130/5
Тефтели мясные№287	50	70
Соус томатный№348	20	30
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб ржаной	20	30
Напиток лимонный	150	180
<u>Уплотненный полдник</u>		
Каша вязкая молочная из риса и пшена №175	150	180
Вафли	50	70
Компот из сушеных фруктов№376	150	200
<i>белки</i>	<i>31,4</i>	<i>48,67</i>
<i>жиры</i>	<i>29,6</i>	<i>43,9</i>
<i>углеводы</i>	<i>218,4</i>	<i>203</i>
<i>калорийность</i>	<i>1291,</i>	<i>1824.</i>
	<i>9</i>	<i>2</i>