

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

Дата 21.11.2023



	Выход в граммах	
	От 1 до 3 лет	От 3 до 7 лет
<u>Завтрак</u>		
Каша вязкая молочная рисовая №174	150	200
Масло сливочное (порциями) №6	5	5
Хлеб пшеничный	20	40
Какао с молоком №397	18	200
<u>2 завтрак</u>		
Фрукты (Банан)	100	100
<u>Обед</u> Суп картофельный с макаронными изделиями №82	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная)	30	50
Птица, тушенная в соусе с овощами №302	130	150
Напиток лимонный №699	150	180
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб ржаной	20	30
<u>Уплотненный полдник</u>		
Каша молочная жидкая гречневая №185	150	200
Вафли	30	50
Компот из с/фр(изюм) №376	150	180
<i>белки</i>	38.5	56.6
<i>жиры</i>	44.3	65.1
<i>углеводы</i>	219	287.35
<i>калорийность</i>	1481.06	1973.2