

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3

Н.Н.Елесина

Дата 14.02.2024

	Выход в гр.	
	1-3 лет	3 -7 лет
<u>Завтрак</u>		
Каша вязкая молочная из риса и пшена №175	150	200
Хлеб пшеничный	30	30
Сыр (порциями) №7	15	15
Кофейный напиток с молоком №395	150	200
<u>2 завтрак</u>		
Сок яблочный №399	100	100
<u>Обед</u>		
Рассольник по-ленинградски №82	150	200
Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная)	30	50
Котлета, рубленая с белокочанной капустой №455	50	70
Каша гречневая рассыпчатая № 179	155	200
Кисель из повидла №383	150	180
Хлеб пшеничный	20	40
Хлеб ржаной	20	40
<u>Уплотненный полдник</u>		
Макароны отварные с сыром №206	120	160
Печенье	50	50
Чай с сахаром №392	150	190
<i>белки</i>	37.32	52.74
<i>жиры</i>	47.9	58.74
<i>углеводы</i>	171.58	239.76
<i>калорийность</i>	1405	1882