

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 18.03.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша молочная вязкая геркулесовая. №168 | 150 | 200 |
| Кофейный напиток с молоком. №395 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 30 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко)№368 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем. №67 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Котлета рубленая из птицы №305 | 50 | 70 |
| Каша гречневая рассыпчатая №165 | 110 | 150 |
| Соус томатный №348 | 30 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Омлет на натуральном молоке №216 | 80 | 100 |
| Булочка ванильная №450 | 50 | 50 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| белки | 41,83 | 54,0 |
| жиры | 45,06 | 54,6 |
| углеводы | 192,05 | 247,2 |
| калорийность | 1364,4 | 1720,7 |