

И.О.заведующего _____ И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 28.03.2025

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	131,25/140,00
2	Бутерброд с маслом	4/19	5/24	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	353	397	
	Молоко кипяченое	97	97	60,06/60,06
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	30	50	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
3	Картофельная запеканка с мясом	35/100	40/123	305,70/382,13
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	18	23	12,65/17,71
6	Хлеб ржаной	32	40	66,59/83,24
	Итого:	515	636	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	80	80	42,75/45,00
2	Коржик молочный	39	49	166,40/208,00
3	Рыба, запеченная в омлете	32/37	39/41	331,54/405,22
4	Чай с молоком	150	180	63,40/76,08
5	Хлеб пшеничный	13	16	7,59/13,96
	Итого:	351	405	
	Итого за день:	1316	1535	1593,68/1929,61
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Т.Н.Воробьева			