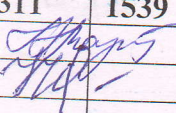


Заведующий:  для Н.Н. Голоторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 19.10.2023г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
2	Бутерброд с повидлом	9/23	13/25	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	352	398	
	Сок «яблочно-виноградный»	99	99	46/46
Обед				
1	Салат из моркови	31	44	36,77/61,28
2	Суп картофельный с клецками	150	180	44,51/52,86
3	Картофельное пюре	107	125	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	37/15	42/23	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	22	28	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	32	38	95,6/119,5
	Итого:	544	660	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	36	44	166,4/208,0
2	Рыба, тушеная в сметанном соусе	53/19	78/30	66,5/95,00
3	Икра кабачковая	29	37	97,6/122
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	9	13	89,75/119,5
	Итого:	316	382	
	Итого за день:	1311	1539	1461,50/1814,60
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			