

Заведующий: *Е.И. Полторацкая*

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 20.10.2023г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша рисовая молочная жидкая	140	160	123,76/141,49
2	Бутерброд с сыром	12/24	17/28	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,5/90,56
	Итого:	356	405	
	Кефир	123	123	94,52/94,52
Обед				
1	Салат картофельный с зеленым горошком	33	45	40,29/67,15
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,96/63,56
3	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	164,94/194,92
4	Кнели из говядины	47/16	53/19	108,42/151,79
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	22	31	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	41	41	95,6/119,5
	Итого:	530	637	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	76,0	76,0	42,75/42,75
2	Сдоба обыкновенная	41	49	129,01/161,26
3	Икра свекольная или морковная	105	132	143,44/165,51
4	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
5	Яйца вареные	40	40	62,66/62,66
6	Хлеб пшеничный	12	14	95,6/119,5
	Итого:	424	491	
	Итого за день:	1433	1656	1523,97/1828,61
	Калькулятор: В.В.Нарожнова.	<i>В.В. Нарожнова</i>		
	Повар: Т.Н.Воробьева			