

И.О.заведующего:

И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Миньонка»

Меню на 01.09.2023 г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
2	Бутерброд с маслом	4/23	5/24	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	357	399	
	Молоко кипяченое	100	100	120,12/120,12
Обед				
1	Салат овощной с зеленым горошком	34	48	32,31/53,85
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
3	Голубцы ленивые	45/77	51/99	265,66/249,08
4	Соус томатный	20	30	18,01/18,02
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	20	24	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	33	41	95,6/119,5
	Итого:	529	653	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	68	68	42,75/42,75
2	Коржик молочный	39	48	166,4/208,00
3	Рыба, запеченная в омлете	96/62	103/68	331,53/405,21
4	Чай с молоком	150	180	51,37/61,65
5	Хлеб пшеничный	15	16	89,75/119,50
	Итого:	430	483	
	Итого за день:	147	1635	1815,87/1881,75
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			