

Заведующий: _____

И.И. Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 02.08.2019



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	139,25/159,14
2	Бутерброд с повидлом	10/17	10/21	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	347	391	
	Молоко кипяченое	102	102	120,12/120,12
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	31	44	21,06/35,10
2	Борщ с капустой и картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные изделия отварные	71	88	137,81/162,86
4	Рыба, тушеная в сметанном соусе	60/18	65/28	66,5/95,00
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	24	24	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	27	37	95,6/119,5
	Итого:	531	646	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	19	19	148,33/148,33
2	Фрукты яблоко	56	56	42,75/42,75
3	Омлет натуральный	65	75	205,5/237,23
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	10	16	89,75/119,50
	Итого:	300	346	
	Итого за день:	1280	1485	1534,10/1850,18
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			