

И.О.заведующего: И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 02.11.2023г



		До 3л	До 7л	ккал
Завтрак				
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
2	Бутерброд с повидлом	11/22	12/24	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	353	396	
	Сок «яблочно-виноградный»	107	107	46/46
Обед				
1	Салат из моркови	31	48	36,77/61,28
2	Суп картофельный с клецками	150	180	44,51/52,86
3	Картофельное пюре	97	120	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	33/16	36/22	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	20	28	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	33	36	95,6/119,5
	Итого:	530	650	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	35	43	166,4/208,0
2	Рыба, тушенная в сметанном соусе	66/19	73/35	66,5/95,00
3	Икра кабачковая	29	35	97,6/122
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	11	12	89,75/119,5
	Итого:	310	373	
	Итого за день:	1300	1526	1461,50/1814,60
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			