

И.О.заведующего: И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 03.11.2023г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша рисовая молочная жидкая	140	160	123,76/141,49
2	Бутерброд с сыром	14/24	14/30	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,5/90,56
	<b>Итого:</b>	<b>358</b>	<b>404</b>	
	Кефир	<b>106</b>	<b>106</b>	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	46/15	50/18	108,42/151,79
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	24	30	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	36	40	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>631</b>	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	86	86	42,75/42,75
2	Сдоба обыкновенная	39	48	129,01/161,26
3	Икра свекольная или морковная	116	140	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	8	14	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>439</b>	<b>508</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1428</b>	<b>1649</b>	<b>1523,97/1828,61</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова.	<i>В.В. Нарожнова</i>		
	Повар: Т.Н.Воробьева	<i>Т.Н. Воробьева</i>		