

И.О.заведующего: И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 03.02.2023 г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	0	170	134,51/152,46
2	Бутерброд с маслом	0	5/22	108,37/135,46
3	Какао с молоком	0	200	106,45/118,29
	Итого:	0	397	
	Молоко кипяченое	0	107	120,12/120,12
Обед				
1	Салат овощной с зеленым горошком	0	46	32,31/53,85
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	0	180	74,16/88,99
3	Голубцы ленивые	0	42/99	265,66/249,08
4	Соус томатный	0	30	18,01/18,02
5	Компот из смеси сухофруктов	0	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	0	22	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	0	37	95,6/119,5
	Итого:	0	636	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	0	71	42,75/42,75
2	Коржик молочный	0	44	166,4/208,00
3	Рыба, запеченная в омлете	0	73/77	331,53/405,21
4	Чай с молоком	0	180	51,37/61,65
5	Хлеб пшеничный	0	15	89,75/119,50
	Итого:	0	460	
	Итого за день:	0	1600	1815,87/1881,75
	Калькулятор: В.В. Нарожнова			
	Повар: Н.Р. Чугарова			