И.О.заведующего:_____И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на ___07.11.2023г_____

	Завтрак	До 3 л	До 7л	ккал
1	Каша «Дружба»	150	170	117,36/133,01
2	Бутерброд с маслом	4/23	5/26	108,37/135,46
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	**357**	**401**	
	Снежок	**98**	**98**	94,52/94,52
	Обед			
1	Салат из моркови с зеленым горошком	31	46	36,02/60,04
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	43,30/51,95
3	Плов из отварной птицы	35/81	37/105	331,20/414,00
4	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
5	Хлеб пшеничный	27	29	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	35	39	95,6/119,5
	Итого:	**509**	**616**	
	Уплотненный полдник			
1	Фрукты яблоко	85	85	42,75/42,75
2	Булочка домашняя	42	51	164,07/191,41
3	Картофельное пюре	104	121	118,84/137,12
4	Икра кабачковая	31	38	97,6/122
5	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
6	Хлеб пшеничный	11	13	89,75/119,5
	Итого:	**423**	**488**	
	Итого за день:	**1387**	**1603**	**1558,69/1945,08**
	Калькулятор: Нарожнова В.В.			
	Повар: Т.Н.Воробьева.			