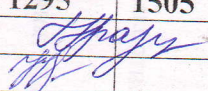


Заведующий:  И.Н. Теторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 07.09.22г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	139,25/159,14
2	Бутерброд с повидлом	12/15	13/20	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
Итого:		347	393	
	Молоко кипяченое	104	104	120,12/120,12
Обед				
1	Салат из отварной свеклы	31	39	21,06/35,10
2	Борщ с капустой с картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные отварные	77	94	137,81/162,86
4	Тефтели рыбные	39/19	41/30	62,57/87,59
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	15	20	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	26	33	95,6/119,5
Итого:		507	617	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	20	20	148,33/148,33
2	Рагу из овощей	110	133	140,77/162,41
3	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
4	Хлеб пшеничный	12	13	89,75/119,50
5	Фрукты	45	45	42,75/42,75
Итого:		337	391	
Итого за день:		1295	1505	1465,44/1767,95
Калькулятор: В.В.Нарожнова				
ШПовар: Н.Р.Чуварова		