

Заведующий: И.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Жулька»

Меню на 07.10.2022



	Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
2	Бутерброд с маслом	4/17	5/18	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	351	393	
	Молоко кипяченое	96	96	120,12/120,12
	Обед			
1	Салат овощной с зеленым горошком	34	48	32,31/53,85
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
	Голубцы ленивые	30/78	34/100	265,66/249,08
3				
4	Соус томатный	20	30	18,01/18,02
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	17	23	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	34	36	95,6/119,5
	Итого:	513	631	
	Уплотненный полдник			
1	Коржик молочный	35	45	166,4/208,00
2	Рыба, запеченная в омлете	35/60	40/98	331,53/405,21
3	Чай с молоком	150	180	51,37/61,65
4	Хлеб пшеничный	10	12	89,75/119,50
5	Фрукты яблоко	50	50	42,75/42,75
	Итого:	340	425	
	Итого за день:	1300	1545	1815,87/1881,75
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			