

И.О.заведующего: *И.В. Мокшина*

И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 08.11.2023г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	139,25/159,14
2	Бутерброд с повидлом	7/20	14/27	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	347	401	
	Молоко кипяченое	105	105	120,12/120,12
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	32	49	21,06/35,10
2	Борщ с капустой и картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные изделия отварные	77	94	137,81/162,86
4	Рыба, тушеная в сметанном соусе	73/20	80/30	66,5/95,00
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	24	30	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	32	40	95,6/119,5
	Итого:	558	683	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	22	22	148,33/148,33
2	Фрукты яблоко	84	84	42,75/42,75
3	Омлет натуральный	66	74	205,5/237,23
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	7	14	89,75/119,50
	Итого:	329	374	
	Итого за день:	1339	1563	1534,10/1850,18
	Калькулятор: В.В.Нарожнова	<i>В.В. Нарожнова</i>		
	Повар: Н.Р.Чугарова	<i>Н.Р. Чугарова</i>		