

Заведующий: И.И. Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 09.03 г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
2	Бутерброд с повидлом	11/13	11/20	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
Итого:		344	391	
	Сок груша	102	102	46/46
Обед				
1	Салат из моркови	30	37	36,77/61,28
2	Суп картофельный с клецками	150	180	44,51/52,86
3	Картофельное пюре	80	96	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	42/17	45/27	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	19	24	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	24	33	95,6/119,5
Итого:		512	622	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	34	43	166,4/208,0
2	Рыба, тушенная в сметанном соусе	78/25	80/31	66,5/95,00
3	Икра кабачковая	29	31	97,6/122
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	11	13	89,75/119,5
Итого:		327	378	
Итого за день:		1285	1493	1461,50/1814,60
Калькулятор: В.В.Нарожнова				
Повар: Н.Р.Чугарова				