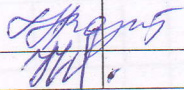


Заведующий:  Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на __09.10.2023г.



		До 3л	До 7л	ккал
Завтрак				
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	8/20	9/22	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	348	391	
	Сок» яблоко-виноград»	101	101	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	33	42	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	44/6	49/10	95,68/133,94
	Капуста тушеная	89	107	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	19	24	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	29	32	95,6/119,5
	Итого:	520	624	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	11/30	13/38	140,69/211,04
2	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	194,91/224,91
3	Какао с молоком	150	180	88,71/106,46
4	Хлеб пшеничный	11	13	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	313	372	
	Итого за день:	1282	1488	1503,30/1433,89
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			