

Заведующий: *Н.Н. Полторацкая* Н.Н. Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на __09.12.22г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша рисовая молочная жидкая	140	160	123,76/141,49
2	Бутерброд с сыром	5/19	10/22	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,5/90,56
	Итого:	344	392	
	Кефир	117	117	94,52/94,52
Обед				
1	Салат картофельный с зеленым горошком	32	51	40,29/67,15
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,96/63,56
3	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	164,94/194,92
4	Кнели из говядины	38/25	41/34	108,42/151,79
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	20	21	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	28	37	95,6/119,5
	Итого:	514	632	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	57	57	42,75/42,75
2	Сдоба обыкновенная	32	40	129,01/161,26
3	Икра свекольная или морковная	96	116	143,44/165,51
4	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
5	Яйца вареные	40	40	62,66/62,66
6	Хлеб пшеничный	9	15	95,6/119,5
	Итого:	384	448	
	Итого за день:	1359	1589	1523,97/1828,61
	Калькулятор: В.В.Нарожнова.	<i>В.В. Нарожнова</i>		
	Повар: Т.Н.Воробьева	<i>Т.Н. Воробьева</i>		