

Заведующий: *А.И. Полторацкая* Н.И. Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 10.04.23



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	10/20	12/24	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	350	396	
	Сок» груша»	106	106	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	33	41	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	41/8	45/13	95,68/133,94
	Капуста тушеная	83	100	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	14	23	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	31	36	95,6/119,5
	Итого:	510	618	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	10/30	10/38	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	10	12	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	311	368	
	Итого за день:	1277	1488	1503,30/1433,89
	Калькулятор: В.В.Нарожнова	<i>В.В. Нарожнова</i>		
	Повар: Н.Р.Чугарова	<i>Н.Р. Чугарова</i>		