

И.О.заведующего: \_\_\_\_\_ И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 10.08.23г



| Завтрак                    |                                    | До 3л       | До 7л       | ккал                   |
|----------------------------|------------------------------------|-------------|-------------|------------------------|
| 1                          | Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая | 140         | 160         | 134,82/154,10          |
| 2                          | Бутерброд с повидлом               | 11/22       | 11/22       | 91,02/121,36           |
| 3                          | Какао с молоком                    | 180         | 200         | 106,45/118,29          |
| <b>Итого:</b>              |                                    | <b>353</b>  | <b>393</b>  |                        |
| Сок груша                  |                                    | <b>100</b>  | <b>100</b>  | 46/46                  |
| Обед                       |                                    |             |             |                        |
| 1                          | Салат из моркови                   | 34          | 43          | 36,77/61,28            |
| 2                          | Суп картофельный с клецками        | 150         | 180         | 44,51/52,86            |
| 3                          | Картофельное пюре                  | 94          | 112         | 100,56/118,85          |
| 4                          | Курица в соусе с томатом           | 37/16       | 41/22       | 150,45/250,75          |
| 5                          | Кисель из яблок сушеных            | 150         | 180         | 93,27/111,92           |
| 6                          | Хлеб пшеничный                     | 22          | 22          | 95,6/119,5             |
| 7                          | Хлеб ржаной                        | 26          | 34          | 95,6/119,5             |
| <b>Итого:</b>              |                                    | <b>529</b>  | <b>634</b>  |                        |
| Уплотненный полдник        |                                    |             |             |                        |
| 1                          | Коржик молочный                    | 35          | 43          | 166,4/208,0            |
| 2                          | Рыба, тушенная в сметанном соусе   | 65/17       | 69/26       | 66,5/95,00             |
| 3                          | Икра кабачковая                    | 30          | 32          | 97,6/122               |
| 4                          | Чай с лимоном                      | 150         | 180         | 46,20/55,44            |
| 5                          | Хлеб пшеничный                     | 11          | 11          | 89,75/119,5            |
| <b>Итого:</b>              |                                    | <b>308</b>  | <b>361</b>  |                        |
| <b>Итого за день:</b>      |                                    | <b>1290</b> | <b>1488</b> | <b>1461,50/1814,60</b> |
| Калькулятор: В.В.Нарожнова |                                    |             |             |                        |
| Повар: Н.Р.Чугарова        |                                    |             |             |                        |