

Заведующий: *А.А.А.*

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 10.11.22г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
2	Бутерброд с повидлом	5/16	11/18	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>341</b>	<b>389</b>	
	Сок яблоко	95	95	46/46
Обед				
1	Салат из моркови	32	42	36,77/61,28
2	Суп картофельный с клецками	150	180	44,51/52,86
3	Картофельное пюре	104	125	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	26/23	30/34	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	16	23	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	27	30	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>644</b>	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	35	45	166,4/208,0
2	Тефтели рыбные	81/19	85/29	62,57/87,59
4	Икра кабачковая	18	25	97,6/122
5	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
6	Хлеб пшеничный	11	12	89,75/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>314</b>	<b>376</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1278</b>	<b>1504</b>	<b>1457,57/1807,19</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			