

Заведующий: Абрам Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 11.11.22г



Завтрак				
		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша рисовая молочная жидкая	140	160	123,76/141,49
2	Бутерброд с сыром	7/17	13/21	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,5/90,56
	Итого:	344	394	
	Кефир	111	111	94,52/94,52
Обед				
1	Салат картофельный с зеленым горошком	30	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	35/27	39/32	108,42/151,79
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	24	25	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	28	35	95,6/119,5
	Итого:	515	630	
Уплотненный полдник				
1	Сдоба обыкновенная	43	52	129,01/161,26
2	Икра свекольная или морковная	87	115	143,44/165,51
3	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
4	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
5	Хлеб пшеничный	11	14	95,6/119,5
6	Фрукты яблоко	57	57	42,75/42,75
	Итого:	388	458	
	Итого за день:	1358	1593	1523,97/1828,61
	Калькулятор: В.В.Нарожнова.	<i>Абрам</i>		
	Повар: Г.Н.Воробьева			