

Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 12.03.2024г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная <b>пшеничная</b> (кукурузная) жидкая	140	160	138,61/157,27
2	Бутерброд с сыром	10/18	10/26	109,62/137,03
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>348</b>	<b>396</b>	
	Йогурт снежок	127	127	47,26/47,26
Обед				
1	Салат из моркови	31	49	36,77/61,28
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	72,9/87,48
3	Печень говяжья по-строгановски	39/9	49/15	94,76/132,66
4	Картофельное пюре	93	119	100,56/118,84
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	22	26	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	30	38	66,59/83,24
	<b>Итого:</b>	<b>524</b>	<b>656</b>	
Уплотненный полдник				
1	Печенье «Курабье»	22	22	166,80/208,50
2	Фрукты- яблоко	90	90	42,75/45,00
3	Вареники ленивые	108	125	205,47/237,08
4	Чай с лимоном	150	180	46,21/55,45
5	Хлеб пшеничный	13	15	7,59/13,96
	<b>Итого:</b>	<b>383</b>	<b>432</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1382</b>	<b>1611</b>	<b>1347,26/1632,97</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			