

Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 12.03.2025г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	135,86/155,27
2	Бутерброд с повидлом	12/12	19/19	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	344	398	
	Молоко кипяченое	98	98	60,06/60,06
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	30	49	21,06/35,10
2	Борщ с капустой и картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные изделия отварные	92	106	137,81/162,86
4	Рыба, тушенная в сметанном соусе	97/20	112/32	66,5/95,00
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	21	25	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	22	28	66,59/83,24
	Итого:	582	712	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	15	15	166,80/208,50
2	Фрукты яблоко	80	80	42,75/45
3	Омлет натуральный	62	72	205,5/237,23
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,45
5	Хлеб пшеничный	9	9	7,59/13,96
	Итого:	316	356	
	Итого за день:	1340	1564	1362,71/1562,81
	Калькулятор: В.В.Нарожнова	<i>Нарожнова</i>		
	Повар: Т.Н.Воробьева	<i>Воробьева</i>		