
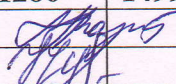


Заведующий:  Н.Н. Голторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 12.04.23г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	139,25/159,14
2	Бутерброд с повидлом	7/16	10/23	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	343	393	
	Молоко кипяченое	98	98	120,12/120,12
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	30	41	21,06/35,10
2	Борщ с капустой и картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные изделия отварные	71	88	137,81/162,86
4	Рыба, тушеная в сметанном соусе	61/20	69/30	66,5/95,00
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	16	22	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	26	34	95,6/119,5
	Итого:	524	644	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	19	19	148,33/148,33
2	Фрукты яблоко	76	76	42,75/42,75
3	Омлет натуральный	66	78	205,5/237,23
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	10	11	89,75/119,50
	Итого:	321	364	
	Итого за день:	1286	1499	1534,10/1850,18
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			