

И.О.заведующего: _____

И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 12.12.2023г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	140	160	105,77/157,26
2	Бутерброд с сыром	13/22	14/24	109,62/137,03
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	355	398	
	Йогурт снежок	94	94	94,52/94,52
Обед				
1	Салат из моркови	33	46	36,77/61,28
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	72,9/87,48
3	Печень говяжья по-строгановски	40/9	44/14	94,76/132,66
4	Картофельное пюре	199	122	100,56/118,84
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	24	25	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	33	35	95,6/119,5
	Итого:	538	646	
Уплотненный полдник				
1	Печенье «Курабье»	22	22	148,33/148,33
2	Фрукты- яблоко	79	79	42,75/42,75
3	Вареники ленивые	105	118	205,47/237,08
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	13	14	89,75/119,5
	Итого:	369	413	
	Итого за день:	1356	1551	1491,06/1803,88
	Калькулятор: В.В. Нарожнова			
	Повар: Н.Р. Чугарова			