

Заведующий *А.И. Полторацкая* Е.И. Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Хлебка»

Меню на 13.09.2023г.

| Завтрак | | До 3л | До 7л | ккал |
|---------------------|---------------------------------|-------------|-----------------------|------------------------|
| 1 | Каша пшеничная молочная жидкая | 140 | 160 | 139,25/159,14 |
| 2 | Бутерброд с повидлом | 11/22 | 15/22 | 91,02/121,36 |
| 3 | Какао с молоком | 180 | 200 | 106,45/118,29 |
| | Итого: | 353 | 397 | |
| | Молоко кипяченое | 106 | 106 | 120,12/120,12 |
| Обед | | | | |
| 1 | Салат из свеклы отварной | 31 | 44 | 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 | 81/20 | 92/31 | 66,5/95,00 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 180 | 83,88/100,65 |
| 6 | Хлеб пшеничный | 14 | 21 | 95,6/119,5 |
| 7 | Хлеб ржаной | 22 | 30 | 95,6/119,5 |
| | Итого: | 539 | 666 | |
| Уплотненный полдник | | | | |
| 1 | Печенье | 22 | 22 | 148,33/148,33 |
| 2 | Фрукты яблоко | 74 | 74 | 42,75/42,75 |
| 3 | Омлет натуральный | 72 | 77 | 205,5/237,23 |
| 4 | Чай с лимоном | 150 | 180 | 46,20/55,44 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 11 | 15 | 89,75/119,50 |
| | Итого: | 329 | 368 | |
| | Итого за день: | 1327 | 1537 | 1534,10/1850,18 |
| | Калькулятор: В.В.Нарожнова | | <i>В.В. Нарожнова</i> | |
| | Повар: Н.Р.Чугарова | | <i>Н.Р. Чугарова</i> | |