

И.О.заведующего: _____

И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на __13.11.2023г__



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Макаронные изделия отварные	77	94	175,39/225,03
2	Бутерброд с повидлом	8/20	13/25	91,02/121,36
3	Чай с сахаром	180	200	56,02/62,24
	Итого:	285	332	
	Сок «яблоко-виноград»	108	108	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	32	45	21,06/35,10
2	Суп из овощей	150	180	65,71/78,85
3	Жаркое по домашнему	50/97	54/114	230,27/287,84
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	22	28	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	32	37	95,6/119,5
	Итого:	533	638	
Уплотненный полдник				
1	Булочка молочная	35	44	133,69/167,12
2	Морковная запеканка	9/121	9/143	184,53/220,02
3	Кофейный напиток с молоком	150	180	67,92/81,50
4	Хлеб пшеничный	8	13	89,75/119,50
	Итого:	323	389	
	Итого за день:	1249	1467	1436,44/1615,21
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Т.Н.Воробьева			