И.О.заведующего:_____ И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на __14.08.2023г

	Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	11/17	11/23	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	**348**	**394**	
	Сок» яблоко»	**101**	**101**	46/46
	Обед			
1	Салат из свеклы и моркови	32	40	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	44/7	50/14	95,68/133,94
	Капуста тушеная	96	113	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	27	27	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	32	40	95,6/119,5
	Итого:	**538**	**644**	
	Уплотненный полдник			
1	Ватрушка со сладким фаршем	11/29	11/37	140,69/211,04
2	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	194,91/224,91
3	Какао с молоком	150	180	88,71/106,46
4	Хлеб пшеничный	11	11	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	**312**	**367**	
	Итого за день:	**1299**	**1506**	**1503,30/1433,89**
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар:Н.Р.Чугарова			