
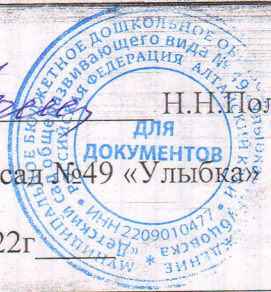


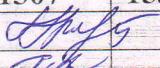
Заведующий: 

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 14.10.22г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша рисовая молочная жидкая	140	160	123,76/141,49
2	Бутерброд с сыром	8/20	9/21	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,5/90,56
	Итого:	348	390	
	Кефир	94	94	94,52/94,52
Обед				
1	Салат картофельный с зеленым горошком	27	49	40,29/67,15
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,96/63,56
3	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	164,94/194,92
4	Кнели из говядины	25/11	31/17	108,42/151,79
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	17	21	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	29	32	95,6/119,5
	Итого:	480	598	
Уплотненный полдник				
1	Сдоба обыкновенная	29	39	129,01/161,26
2	Икра свекольная или морковная	95	123	143,44/165,51
3	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
4	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
5	Хлеб пшеничный	14	16	95,6/119,5
6	Фрукты яблоко	57	57	42,75/42,75
	Итого:	385	455	
	Итого за день:	1307	1537	1523,97/1828,61
	Калькулятор: В.В.Нарожнова.			
	Повар: Т.Н.Воробьева	