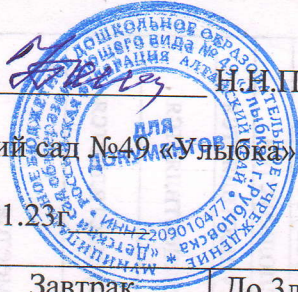
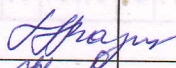


Заведующий:  Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 16.01.23г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	8/22	8/24	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>392</b>	
	Сок яблоко	<b>107</b>	<b>107</b>	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	28	33	32,89/54,82
2	Суп из овощей	150	180	65,71/78,85
3	Мясо тушеное	30/5	34/12	95,68/133,94
	Капуста тушеная	84	101	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	19	23	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	33	36	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>499</b>	<b>599</b>	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	5/29	11/38	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	12	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	<b>Итого:</b>	<b>306</b>	<b>369</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1262</b>	<b>1467</b>	<b>1494,85/1533,75</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова	