

Заведующий: *Н.Н.Полторацкая* Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 16.11.22г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	139,25/159,14
2	Бутерброд с повидлом	11/13	11/20	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	344	391	
	Молоко кипяченое	104	104	120,12/120,12
Обед				
1	Салат из отварной свеклы	30	39	21,06/35,10
2	Борщ с капустой с картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные изделия отварные	71	88	137,81/162,86
4	Тефтели рыбные	85/21	89/32	62,57/87,59
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	17	25	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	25	33	95,6/119,5
	Итого:	548	666	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	15	15	148,33/148,33
2	Рагу из овощей	93	110	140,77/162,41
3	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
4	Хлеб пшеничный	11	13	89,75/119,50
5	Фрукты яблоко	45	45	42,75/42,75
	Итого:	314	363	
	Итого за день:	1310	1524	1465,44/1767,95
	Калькулятор: В.В.Нарожнова	<i>В.В.Нарожнова</i>		
	Повар: Н.Р.Чугарова	<i>Н.Р.Чугарова</i>		