

И.О.заведующего: _____

И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 16.11.2023г



Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
Бутерброд с повидлом	9/17	13/26	91,02/121,36
Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
Итого:	346	399	
Сок «яблочно-виноградный»	96	96	46/46
Обед			
Салат из моркови	31	48	36,77/61,28
Суп картофельный с клецками	150	180	44,51/52,86
Картофельное пюре	105	128	100,56/118,85
Курица в соусе с томатом	33/15	37/21	150,45/250,75
Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
Хлеб пшеничный	25	28	95,6/119,5
Хлеб ржаной	29	38	95,6/119,5
Итого:	538	660	
Уплотненный полдник			
Коржик молочный	36	43	166,4/208,0
Рыба, тушенная в сметанном соусе	69/19	74/31	66,5/95,00
Икра кабачковая	35	42	97,6/122
Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
Хлеб пшеничный	9	13	89,75/119,5
Итого:	318	383	
Итого за день:	1298	1538	1461,50/1814,60
Калькулятор: В.В.Нарожнова			
Повар: Н.Р.Чугарова			