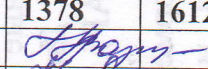
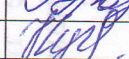


Заведующий:  Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 17.03.2023



| Завтрак | | До 3л | До 7л | ккал |
|---------|--|--|-------------|------------------------|
| 1 | Каша ячневая молочная вязкая | 150 | 170 | 134,51/152,46 |
| 2 | Бутерброд с маслом | 4/19 | 5/24 | 108,37/135,46 |
| 3 | Какао с молоком | 180 | 200 | 106,45/118,29 |
| | Итого: | 353 | 399 | |
| | Молоко кипяченое | 105 | 105 | 120,12/120,12 |
| Обед | | | | |
| 1 | Салат овощной с зеленым горошком | 29 | 40 | 32,31/53,85 |
| 2 | Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек) | 150 | 180 | 74,16/88,99 |
| 3 | Голубцы ленивые | 38/84 | 45/106 | 265,66/249,08 |
| 4 | Соус томатный | 20 | 30 | 18,01/18,02 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 180 | 83,88/100,65 |
| 6 | Хлеб пшеничный | 19 | 27 | 95,6/119,5 |
| 7 | Хлеб ржаной | 33 | 42 | 95,6/119,5 |
| | Итого: | 523 | 650 | |
| | Уплотненный полдник | | | |
| 1 | Фрукты яблоко | 81 | 81 | 42,75/42,75 |
| 2 | Коржик молочный | 34 | 44 | 166,4/208,00 |
| 3 | Рыба, запеченная в омлете | 65/58 | 74/67 | 331,53/405,21 |
| 4 | Чай с молоком | 150 | 180 | 51,37/61,65 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 9 | 12 | 89,75/119,50 |
| | Итого: | 397 | 458 | |
| | Итого за день: | 1378 | 1612 | 1815,87/1881,75 |
| | Калькулятор: В.В.Нарожнова |  | | |
| | Повар: Н.Р.Чугарова |  | | |