

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

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 17.10.22г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	6/20	10/22	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	346	392	
	Сок яблоко	103	103	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	30	38	32,89/54,82
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	43,30/51,95
3	Мясо тушеное	27/8	32/17	95,68/133,94
	Капуста тушеная	99	115	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	20	21	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	30	33	95,6/119,5
	Итого:	514	616	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка с повидлом	6/32	10/41	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	12	17	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	311	376	
	Итого за день:	1274	1487	1472,44/1506,86
	Калькулятор:			
	В.В.Нарожнова		<i>Нарожнова</i>	
	Повар: Н.Р.Чугарова		<i>Чугарова</i>	