Заведующий:_____Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на ___18.10.22г_____

	Завтрак	До 3 л	До 7л	ккал
1	Каша «Дружба»	140	160	117,36/133,01
2	Бутерброд с маслом	4/17	5/23	108,37/135,46
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	**341**	**388**	
	Кефир	**100**	**100**	94,52/94,52
	Обед			
1	Салат из моркови с зеленым горошком	33	42	36,02/60,04
2	Суп из овощей	150	180	65,71/78,85
3	Плов из отварной птицы	24/79	28/102	331,20/414,00
4	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
5	Хлеб пшеничный	17	22	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	29	34	95,6/119,5
	Итого:	**482**	**588**	
	Уплотненный полдник			
1	Булочка домашняя	38	50	164,07/191,41
2	Картофельное пюре	102	120	118,84/137,12
3	Икра кабачковая	17	24	97,6/122
4	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
5	Хлеб пшеничный	14	17	89,75/119,5
6	Фрукты яблоко	45	45	42,75/42,75
	Итого:	**366**	**436**	
	Итого за день:	**1289**	**1512**	**1581,1/1971,98**
	Калькулятор: Нарожнова В.В.			
	Повар: Т.Н.Воробьева.			