

Заведующий: *А.А.А.* Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 18.11.2022 г.

	Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
2	Бутерброд с маслом	4/21	5/22	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>355</b>	<b>397</b>	
	Молоко кипяченое	<b>106</b>	<b>106</b>	120,12/120,12
	Обед			
1	Салат овощной с зеленым горошком	36	50	32,31/53,85
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
	Голубцы ленивые	38/78	42/99	265,66/249,08
3				
4	Соус томатный	20	30	18,01/18,02
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	18	27	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	33	37	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>523</b>	<b>645</b>	
	Уплотненный полдник			
1	Коржик молочный	45	59	166,4/208,00
2	Рыба, запеченная в омлете	47/63	51/69	331,53/405,21
3	Чай с молоком	150	180	51,37/61,65
4	Хлеб пшеничный	10	15	89,75/119,50
5	Фрукты яблоко	50	50	42,75/42,75
	<b>Итого:</b>	<b>365</b>	<b>424</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1349</b>	<b>1572</b>	<b>1815,87/1881,75</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова	<i>В.В.Н.</i>		
	Повар: Н.Р.Чугарова	<i>Н.Р.Ч.</i>		