

И.О. Заведующий: _____ И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на __18.12.2023г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	8/19	14/23	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	347	397	
	Сок» яблоко»	104	104	46/46
	Обед			
1	Салат из свеклы и моркови	33	42	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	41/7	51/13	95,68/133,94
	Капуста тушеная	107	119	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	16	25	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	30	33	95,6/119,5
	Итого:	534	643	
	Уплотненный полдник			
1	Ватрушка со сладким фаршем	8/30	14/37	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	8	14	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	307	373	
	Итого за день:	1292	1517	1503,30/1433,89
	Калькулятор: В.В.Нарожнова		<i>Нарожнова</i>	
	Повар:Н.Р.Чугарова		<i>Чугарова</i>	