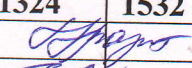


Заведующий:  Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 19.01.23г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	140	160	130,18/161,16
2	Бутерброд с сыром	5/19	11/23	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	344	394	
	Сок ,груша	101	101	46,00/46,00
Обед				
1	Салат из моркови.	31	40	36,77/61,28
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,96/63,56
3	Пюре из гороха с маслом	71	88	180,7/213,55
4	Котлета мясная	40/20	43/25	87,72/122,81
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	25	26	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	37	46	95,6/119,5
	Итого:	524	628	
Уплотненный полдник				
1	Крендель сахарный	39	48	131,66/164,58
2	Запеканка из творога	5/145	9/155	238,1/261,37
3	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
4	Хлеб пшеничный	16	17	89,75/119,5
	Итого:	355	409	
	Итого за день:	1324	1532	1516,11/1788,58
	Калькулятор :В.В.Нарожнова			
	Повар: Т.Н.Воробьева		