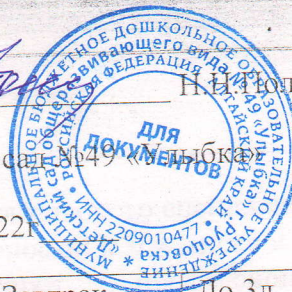


Заведующий: *[подпись]*

Н.И. Костюрацкая

МБДОУ «Детский сад № 49 «Мельбюк»

Меню на 19.09.22



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	11/14	11/20	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	345	391	
	Сок	99	99	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	31	38	32,89/54,82
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	43,30/51,95
3	Мясо тушеное	22/10	25/17	95,68/133,94
	Капуста тушеная	98	112	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	14	20	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	38	39	95,6/119,5
	Итого:	513	611	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка с повидлом	12/32	13/43	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	13	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	317	377	
	Итого за день:	1274	1478	1472,44/1506,86
	Калькулятор:			
	В.В.Нарожнова			
	Ш/повар: Н.Р.Чугарова			