

Заведующий:

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 20.04.23г

Завтрак

	До 3л	До 7л	ккал
1 Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
2 Бутерброд с повидлом			
3 Какао с молоком	9/17	10/24	91,02/121,36
Итого:	180	200	106,45/118,29
Сок яблоко	346	394	

Обед

	102	102	46/46
1 Салат из моркови			
2 Суп картофельный с клецками	30	40	36,77/61,28
3 Картофельное пюре	150	180	44,51/52,86
4 Курица в соусе с томатом	89	105	100,56/118,85
5 Кисель из яблок сушеных	32/22	37/33	150,45/250,75
6 Хлеб пшеничный	150	180	93,27/111,92
7 Хлеб ржаной	16	22	95,6/119,5
Итого:	26	36	95,6/119,5
Уплотненный полдник	515	633	

1 Коржик молочный			
2 Рыба, тушенная в сметанном соусе	33	42	166,4/208,0
3 Икра кабачковая	65/17	72/26	66,5/95,00
4 Чай с лимоном	27	34	97,6/122
5 Хлеб пшеничный	150	180	46,20/55,44
Итого:	9	12	89,75/119,5

Итого за день:	301	366	
Калькулятор: В.В.Нарожнова	1264	1495	1461,50/1814,60

Повар: Н.Р.Чугарова