Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на _20.07.23г.

	Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная (**кукурузная**) жидкая	140	160	130,18/161,16
2	Бутерброд с сыром	12/19	12/23	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	**351**	**395**	
	Сок «яблоко»	**102**	**102**	46,00/46,00
	Обед			
1	Салат из моркови.	31	44	36,77/61,28
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,96/63,56
3	Пюре из гороха с маслом	77	94	180,7/213,55
4	Котлета мясная	47/18	50/25	87,72/122,81
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	22	22	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	22	35	95,6/119,5
	Итого:	**517**	**630**	
	Уплотненный полдник			
1	Крендель сахарный	41	51	131,66/164,58
2	Запеканка из творога	4/143	9/157	238,1/261,37
3	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
4	Хлеб пшеничный	5	12	89,75/119,5
	Итого:	**343**	**409**	
	Итого за день:	**1313**	**1536**	**1516,11/1788,58**
	Калькулятор :В.В.Нарожнова			
	Повар: Т.Н.Воробьева			