Заведующий:_____ Н.А.Колторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на ___20.09.22г.

	Завтрак	До 3 л	До 7л	ккал
1	Каша «Дружба»	150	170	117,36/133,01
2	Бутерброд с маслом	4/14	5/19	108,37/135,46
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	**348**	**394**	
	Снежок	**101**	**101**	94,52/94,52
	Обед			
1	Салат из моркови с зеленым горошком	33	43	36,02/60,04
2	Суп из овощей	150	180	65,71/78,85
3	Плов из отварной птицы	28/78	32/102	331,20/414,00
4	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
5	Хлеб пшеничный	15	19	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	28	38	95,6/119,5
	Итого:	**482**	**594**	
	Уплотненный полдник			
1	Булочка домашняя	40	50	164,07/191,41
2	Картофельное пюре	103	121	118,84/137,12
3	Икра кабачковая	25	26	97,6/122
4	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
5	Хлеб пшеничный	8	13	89,75/119,5
6	Фрукты	45	45	42,75/42,75
	Итого:	**371**	**435**	
	Итого за день:	**1302**	**1524**	**1581,1/1971,98**
	Калькулятор: Нарожнова В.В.			
	Ш\Повар: Т.Н.Воробьева.			