

И.О. Заведующий:

И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на \_\_20.11.2023г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	10/25	14/30	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>355</b>	<b>404</b>	
	Сок» яблоко-виноград»	<b>105</b>	<b>105</b>	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	33	42	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	47/7	51/13	95,68/133,94
	Капуста тушеная	96	113	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	22	24	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	28	34	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>533</b>	<b>637</b>	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	10/30	14/37	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	10	14	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	<b>Итого:</b>	<b>311</b>	<b>373</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1304</b>	<b>1519</b>	<b>1503,30/1433,89</b>
	Калькулятор:			
	В.В.Нарожнова			
	Повар:Н.Р.Чугарова			