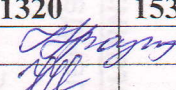


Заведующий:  для Н.Н.Поптораккая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 21.10.2022 г.



Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
Бутерброд с маслом	4/15	5/19	108,37/135,46
Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
<b>Итого:</b>	<b>349</b>	<b>394</b>	
Молоко кипяченое	<b>100</b>	<b>100</b>	120,12/120,12
Обед			
Салат овощной с зеленым горошком	36	47	32,31/53,85
Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
Голубцы ленивые	32/78	36/99	265,66/249,08
Соус томатный	20	30	18,01/18,02
Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
Хлеб пшеничный	18	24	95,6/119,5
Хлеб ржаной	31	38	95,6/119,5
<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>634</b>	
Уплотненный полдник			
Коржик молочный	36	44	166,4/208,00
Рыба, запеченная в омлете	36/76	39/81	331,53/405,21
Чай с молоком	150	180	51,37/61,65
Хлеб пшеничный	8	13	89,75/119,50
Фрукты яблоко	50	50	42,75/42,75
<b>Итого:</b>	<b>356</b>	<b>407</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1320</b>	<b>1535</b>	<b>1815,87/1881,75</b>
Калькулятор: В.В.Нарожнова			
Повар: Н.Р.Чугарова	