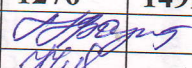


Заведующий:  Н.И.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 23.03.23



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
2	Бутерброд с повидлом	6/20	10/22	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	346	392	
	Сок груша	98	98	46/46
Обед				
1	Салат из моркови	30	40	36,77/61,28
2	Суп картофельный с клецками	150	180	44,51/52,86
3	Картофельное пюре	89	104	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	38/22	43/33	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	18	21	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	32	39	95,6/119,5
	Итого:	529	640	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	33	42	166,4/208,0
2	Рыба, тушенная в сметанном соусе	64/17	70/28	66,5/95,00
3	Икра кабачковая	27	32	97,6/122
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	12	17	89,75/119,5
	Итого:	303	369	
	Итого за день:	1276	1499	1461,50/1814,60
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова	