

Заведующий: *С.В.С.*

Н.Н. Долторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 23.09.22 г.



Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
Бутерброд с маслом	4/14	5/22	108,37/135,46
Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
Итого:	348	397	
Молоко кипяченое	103	103	120,12/120,12
Обед			
Салат овощной с зеленым горошком	39	54	32,31/53,85
Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
Голубцы ленивые	22/71	27/94	265,66/249,08
Соус томатный	20	30	18,01/18,02
Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
Хлеб пшеничный	19	21	95,6/119,5
Хлеб ржаной	39	43	95,6/119,5
Итого:	510	629	
Уплотненный полдник			
Коржик молочный	35	45	166,4/208,00
Рыба, запеченная в омлете	39/69	42/77	331,53/405,21
Чай с молоком	150	180	51,37/61,65
Хлеб пшеничный	14	22	89,75/119,50
Фрукты	50	50	42,75/42,75
Итого:	357	416	
Итого за день:	1318	1545	1815,87/1881,75
Калькулятор: В.В. Нарожнова	<i>С.В.С.</i>		
ШПовар: Н.Р. Чугарова			