Заведующий:_____ Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на __24.03.23г.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | Завтрак | До 3л | До 7л | ккал |
| 1 | Каша рисовая молочная жидкая | 140 | 160 | 123,76/141,49 |
| 2 | Бутерброд с сыром | 5/15 | 9/22 | 109,62/137,03 |
| 3 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 81,5/90,56 |
| | **Итого:** | **340** | **391** | |
| | Кефир | **95** | **95** | 94,52/94,52 |
| | | | | |
| | Обед | | | |
| 1 | Салат картофельный с зеленым горошком | 35 | 48 | 40,29/67,15 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем | 150 | 180 | 52,96/63,56 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая | 71 | 88 | 164,94/194,92 |
| 4 | Кнели из говядины | 44/30 | 51/35 | 108,42/151,79 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 180 | 83,88/100,65 |
| 6 | Хлеб пшеничный | 17 | 21 | 95,6/119,5 |
| 7 | Хлеб ржаной | 30 | 38 | 95,6/119,5 |
| | **Итого:** | **527** | **641** | |
| | Уплотненный полдник | | | |
| 1 | Фрукты яблоко | 75 | 75 | 42,75/42,75 |
| 2 | Сдоба обыкновенная | 35 | 42 | 129,01/161,26 |
| 3 | Икра свекольная или морковная | 105 | 131 | 143,44/165,51 |
| 4 | Чай с сахаром | 150 | 180 | 46,68/56,01 |
| 5 | Яйца вареные | 40 | 40 | 62,66/62,66 |
| 6 | Хлеб пшеничный | 9 | 17 | 95,6/119,5 |
| | **Итого:** | **414** | **485** | |
| | **Итого за день:** | **1376** | **1612** | **1523,97/1828,61** |
| | Калькулятор: В.В.Нарожнова. | | | |
| | Повар: Т.Н.Воробьева | | | |