

Заведующий:  Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 27.10.2023 г.

Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
Бутерброд с маслом	4/19	5/21	108,37/135,46
Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
Итого:	353	396	
Молоко кипяченое	100	100	120,12/120,12
Обед			
Салат овощной с зеленым горошком	31	46	32,31/53,85
Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
Голубцы ленивые	47/90	53/118	265,66/249,08
Соус томатный	20	30	18,01/18,02
Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
Хлеб пшеничный	21	25	95,6/119,5
Хлеб ржаной	32	35	95,6/119,5
Итого:	541	667	
Уплотненный полдник			
Фрукты яблоко	75	75	42,75/42,75
Коржик молочный	38	46	166,4/208,00
Рыба, запеченная в омлете	81/53	85/63	331,53/405,21
Чай с молоком	150	180	51,37/61,65
Хлеб пшеничный	12	14	89,75/119,50
Итого:	409	463	
Итого за день:	1403	1626	1815,87/1881,75
Калькулятор: В.В.Нарожнова			
Повар: Н.Р.Чугарова			