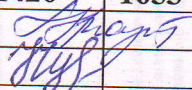


Заведующий:  Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 28.03.2024г.

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	131,55/150,34
2	Бутерброд с повидлом	12/18	14/21	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>395</b>	
	Сок «яблочный»	<b>110</b>	<b>110</b>	46,0/46,0
Обед				
1	Салат из моркови	31	49	36,77/61,28
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	43,30/52,0
3	Картофельное пюре	103	121	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	52/15	58/23	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	20	25	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	30	35	66,59/83,24
	<b>Итого:</b>	<b>551</b>	<b>671</b>	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	45	54	208,0/291,20
2	Рыба, тушенная в сметанном соусе	117/19	126/32	76,0/104,50
3	Икра кабачковая	42	51	101,25/151,87
4	Чай с лимоном	180	200	55,45/61,61
5	Хлеб пшеничный	12	14	7,59/13,96
	<b>Итого:</b>	<b>415</b>	<b>477</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1426</b>	<b>1653</b>	<b>1326,9/1754,88</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова		