

И.О.заведующего: *И.В. Мокшина*

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 28.08.2023г



Завтрак		До 7л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	12/15	17/23	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
Итого:		347	400	
Сок» яблоко-виноград»		103	103	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	33	42	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	52/8	56/14	95,68/133,94
	Капуста тушеная	90	107	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	22	29	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	37	45	95,6/119,5
Итого:		542	653	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	12/33	15/40	140,69/211,04
2	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	194,91/224,91
3	Какао с молоком	150	180	88,71/106,46
4	Хлеб пшеничный	12	15	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
Итого:		318	378	
Итого за день:		1310	1534	1503,30/1433,89
Калькулятор: В.В.Нарожнова		<i>Нарожнова</i> <i>Чугарова</i>		
Повар:Н.Р.Чугарова				