

Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 29.03.2024г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша рисовая молочная жидкая	140	160	120,78/138,04
2	Бутерброд с сыром	7/22	11/25	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,5/90,56
	Итого:	349	396	
	Кефир	108	119	47,26/47,26
Обед				
1	Салат картофельный с зеленым горошком	32	46	40,29/67,15
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,97/63,56
3	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	164,93/194,92
4	Кнели из говядины	35/16	47/19	108,43/151,80
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	21	26	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	32	37	66,59/83,24
	Итого:	507	623	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	90,0	90,0	42,75/45,0
2	Сдоба обыкновенная	41	50	129,01/161,27
3	Икра свекольная или морковная	122	146	142,53/164,46
4	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
5	Яйца вареные	40	40	62,66/62,66
6	Хлеб пшеничный	12	15	7,59/13,96
	Итого:	455	521	
	Итого за день:	1419	1659	1320,15/1595/28
	Калькулятор: В.В.Нарожнова.			
	Повар: Т.Н.Воробьева			