

Заведующий: *Н.Н. Полторацкая* Н.Н. Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 29.12.22г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	140	160	130,18/161,16
2	Бутерброд с сыром	6/21	10/23	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	347	393	
	Сок ,груша	106	106	46,00/46,00
Обед				
1	Салат из моркови.	32	42	36,77/61,28
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,96/63,56
3	Пюре из гороха с маслом	71	88	180,7/213,55
4	Котлета мясная	38/12	44/18	87,72/122,81
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	15	22	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	26	31	95,6/119,5
	Итого:	494	605	
Уплотненный полдник				
1	Крендель сахарный	40	51	131,66/164,58
2	Запеканка из творога	5/119	6/137	238,1/261,37
3	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
4	Хлеб пшеничный	10	16	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	364	430	
	Итого за день:	1311	1534	1578,77/1851,24
	Калькулятор :В.В.Нарожнова	<i>В.В. Нарожнова</i>		
	Повар: Т.Н.Воробьева	<i>Т.Н. Воробьева</i>		