

Заведующий: \_\_\_\_\_

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 30.11.22г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	139,25/159,14
2	Бутерброд с повидлом	14/12	17/20	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>346</b>	<b>397</b>	
	Молоко кипяченое	<b>121</b>	<b>121</b>	120,12/120,12
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	30	39	21,06/35,10
2	Борщ с капустой с картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные изделия отварные	71	88	137,81/162,86
4	Тефтели рыбные	63/21	67/32	62,57/87,59
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	16	26	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	33	39	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>539</b>	<b>651</b>	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	19	19	148,33/148,33
2	Фрукты яблоко	73	73	42,75/42,75
3	Омлет натуральный	130	136	205,5/237,23
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	12	20	89,75/119,50
	<b>Итого:</b>	<b>384</b>	<b>428</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1390</b>	<b>1597</b>	<b>1530,17/1842,77</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			