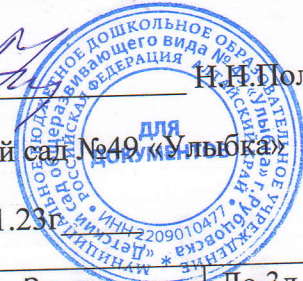


Заведующий: _____

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 30.01.23г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	8/13	8/20	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	341	388	
	Сок груша	103	103	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	33	40	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	42/8	49/13	95,68/133,94
	Капуста тушеная	84	101	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	19	24	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	23	26	95,6/119,5
	Итого:	509	613	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	11/33	11/42	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	11	13	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	316	374	
	Итого за день:	1269	1478	1503,30/1433,89
	Калькулятор: В.В.Нарожнова		<i>В.В.Нарожнова</i>	
	Повар: Н.Р.Чугарова		<i>Н.Р.Чугарова</i>	

КОЛЛЕКТИВ РАБОТНИКОВ