

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

МБДОУ «Детский сад №49 «Мельница»

Меню на 31.10.22г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	5/10	12/20	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>335</b>	<b>392</b>	
	Сок яблоко, абрикос, груша	97	97	46/46
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	30	38	32,89/54,82
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	43,30/51,95
3	Мясо тушеное	32/10	37/17	95,68/133,94
	Капуста тушеная	91	105	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	14	24	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	32	39	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>509</b>	<b>620</b>	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка с повидлом	11/33	11/43	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	10	13	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>375</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1256</b>	<b>1484</b>	<b>1472,44/1506,86</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова	<i>В.В. Нарожнова</i>		
	Повар: Н.Р.Чугарова	<i>Н.Р. Чугарова</i>		