

Заведующий: Н.И.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 31.10.2023г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная <b>пшеничная</b> (кукурузная) жидкая	140	160	105,77/157,26
2	Бутерброд с сыром	7/19	10/21	109,62/137,03
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	<b>Итого:</b>	<b>346</b>	<b>391</b>	
	Йогурт снежок	<b>91</b>	<b>91</b>	94,52/94,52
Обед				
1	Салат из моркови	30	43	36,77/61,28
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	72,9/87,48
3	Печень говяжья по-строгановски	38/8	42/14	94,76/132,66
4	Картофельное пюре	96	114	100,56/118,84
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	24	27	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	34	36	95,6/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>636</b>	
Уплотненный полдник				
1	Печенье «Курабье»	22	22	148,33/148,33
2	Фрукты- яблоко	79	79	42,75/42,75
3	Вареники ленивые	96	108	205,47/237,08
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	11	12	89,75/119,5
	<b>Итого:</b>	<b>358</b>	<b>401</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1325</b>	<b>1519</b>	<b>1491,06/1803,88</b>
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			