

Заведующий: *[подпись]* Н.И. Долторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 03.03.2022 г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
2	Бутерброд с маслом	4/13	5/23	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	347	398	
	Молоко кипяченое	100	100	120,12/120,12
Обед				
1	Салат овощной с зеленым горошком	32	45	32,31/53,85
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
3	Голубцы ленивые	38/84	42/106	265,66/249,08
4	Соус томатный	20	30	18,01/18,02
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	20	26	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	26	34	95,6/119,5
	Итого:	520	643	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	81	81	42,75/42,75
2	Коржик молочный	35	42	166,4/208,00
3	Рыба, запеченная в омлете	65/63	70/64	331,53/405,21
4	Чай с молоком	1500	180	51,37/61,65
5	Хлеб пшеничный	11	11	89,75/119,50
	Итого:	405	448	
	Итого за день:	1372	1589	1815,87/1881,75
	Калькулятор: В.В. Нарожнова	<i>[подпись]</i>		
	Повар: Н.Р. Чугарова			