И.О.заведующего:_____ И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на __27.03.23г_____

	Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	134,18/153,35
2	Бутерброд с сыром	10/18	14/24	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	84,53/118,29
	Итого:	**348**	**398**	
	Сок» груша»	**105**	**105**	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	44/13	95,68/133,94
	Капуста тушеная	84	100	74,44/88,00
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	19	22	95,6/119,5
6	Хлеб ржаной	27	36	95,6/119,5
	Итого:	**513**	**615**	
	Уплотненный полдник			
1	Ватрушка со сладким фаршем	10/29	10/37	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	9	12	89,75/119,5
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	**309**	**367**	
	Итого за день:	**1275**	**1485**	**1503,30/1433,89**
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар:Н.Р.Чугарова			