

Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 01.10.2026



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	131,55/150,34
2	Бутерброд с повидлом	14/19	15/25	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	353	400	
	Сок «яблоко»	104	104	46,0/46,0
Обед				
1	Салат из моркови	30	50	36,77/61,28
2	Суп картофельный с клецками	130/20	150/30	41,73/50,08
3	Картофельное пюре	108	130	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	22/16	26/24	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	17	22	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	33	38	66,59/83,24
	Итого:	526	650	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	38	46	208,0/291,20
2	Рыба, тушенная в сметанном соусе	85/23	91/32	76,0/104,50
3	Икра кабачковая	37	44	101,25/151,87
4	Чай с лимоном	180	200	55,45/61,61
5	Хлеб пшеничный	14	15	7,59/13,96
	Итого:	377	428	
	Итого за день:	1360	1582	1325,33/1752,96
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			