

Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 08.12.2025г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Макаронные изделия отварные	63	79	175,39/200,45
2	Бутерброд с повидлом	20/21	21/23	91,02/121,36
3	Чай с сахаром	180	200	56,02/62,24
	Итого:	284	323	
	Сок «яблоко»	104	104	46,0/46,0
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	30	50	21,06/35,10
2	Суп из овощей	150	180	65,71/78,85
3	Рагу из птицы	28/100	33/120	198,42/248,02
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	22	28	12,65/17,71
6	Хлеб ржаной	40	42	66,59/83,24
	Итого:	520	633	
Уплотненный полдник				
1	Булочка молочная	32	41	167,12/233,97
2	Морковная запеканка	15/134	16/169	212,92/269,70
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
4	Яйца вареные	40	40	62,66/62,66
5	Хлеб пшеничный	8	11	7,59/13,96
	Итого:	409	477	
	Итого за день:	1317	1537	1348,53/1664,47
Калькулятор: В.В.Нарожнова				
Повар: Н.Р.Чугарова				