

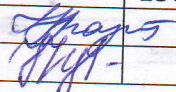
Заведующий

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 09.10.2026 г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	131,25/140,00
2	Бутерброд с маслом	4/20	5/25	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	354	399	
	Молоко кипяченое	102	102	60,06/60,06
Обед				
1	Салат овощной с зеленым горошком	30	50	32,31/53,85
2	Суп из овощей	150	180	65,71/78,85
	Картофельная запеканка с мясом	35/108	40/129	305,70/382,13
3				
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	23	28	12,65/17,71
6	Хлеб ржаной	28	33	66,59/83,24
	Итого:	524	640	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	70	70	42,75/45,00
2	Коржик молочный	38	48	166,40/208,00
3	Рыба, запеченная в омлете	54/49	60/56	331,54/405,22
4	Чай с молоком	150	180	63,40/76,08
5	Хлеб пшеничный	8	8	7,59/13,96
	Итого:	369	422	
	Итого за день:	1349	1563	1584,65/1918,50
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			