

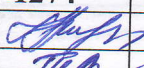
Заведующий

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 12.10.2026г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Макаронные изделия отварные	57	73	175,39/200,45
2	Бутерброд с повидлом	12/20	13/27	91,02/121,36
3	Чай с сахаром	180	200	56,02/62,24
	Итого:	269	313	
	Сок «яблочный»	97	97	46,0/46,0
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	30	50	21,06/35,10
2	Рассольник ленинградский	150	180	74,76/89,71
3	Рагу из птицы	18/108	23/129	198,42/248,02
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	19	29	12,65/17,71
6	Хлеб ржаной	28	33	66,59/83,24
	Итого:	503	624	
Уплотненный полдник				
1	Булочка молочная	29	36	167,12/233,97
2	Морковная запеканка	8/140	13/174	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	8	7,59/13,96
	Итого:	405	471	
	Итого за день:	1274	1505	1357,58/1675,33
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар Т.Н.Воробьева			