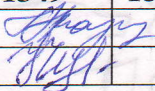


Заведующий:  Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 15.01.2026г.

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	131,55/150,34
2	Бутерброд с повидлом	11/19	16/26	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	350	402	
	Сок «яблоко»	92	92	46,0/46,0
Обед				
1	Салат из моркови	30	50	36,77/61,28
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	43,30/52,0
3	Картофельное пюре	103	121	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	23/16	29/22	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	23	27	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	35	39	66,59/83,24
	Итого:	530	648	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	38	46	208,0/291,20
2	Рыба, тушенная в сметанном соусе	87/21	94/32	76,0/104,50
3	Икра кабачковая	40	45	101,25/151,87
4	Чай с лимоном	180	200	55,45/61,61
5	Хлеб пшеничный	11	16	7,59/13,96
	Итого:	377	433	
	Итого за день:	1349	1575	1326,9/1754,88
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова	