

И.О. Заведующий:

И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 16.02.2026г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	130,92/149,62
2	Бутерброд с сыром	10/23	11/26	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	76,08/84,53
	Итого:	353	397	
	Сок» грушевый»	106	106	46,0/46,0
Обед				
1	Салат овощной с зеленым горошком	30	50	32,31/53,85
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	74,16/88,99
3	Мясо тушеное	25/8	29/12	95,68/133,94
4	Капуста тушеная	108	124	74,44/88,00
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	19	21	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	37	38	66,59/83,24
	Итого:	527	634	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	9/32	16/39	140,69/211,04
2	Каша гречневая рассыпчатая	56	73	194,92/224,91
3	Какао с молоком	150	180	88,71/106,46
4	Хлеб пшеничный	9	16	7,59/13,96
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	299	364	
	Итого за день:	1285	1501	1296,90/1721,76
Калькулятор: В.В.Нарожнова				
Повар: Н.Р.Чугарова				