

Заведующий: _____

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 20.02.2026 г.



		До 3л	До 7л	ккал
Завтрак				
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	131,25/140,00
2	Бутерброд с маслом	4/20	5/26	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	354	401	
	Молоко кипяченое	105	105	60,06/60,06
Обед				
1	Салат из свеклы и моркови	30	50	32,89/54,82
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
	Картофельная запеканка с мясом	28/101	32/122	305,70/382,13
3	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
4	Хлеб пшеничный	20	23	12,65/17,71
5	Хлеб ржаной	34	43	66,59/83,24
6	Итого:	513	630	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	80	80	42,75/45,00
2	Коржик молочный	40	47	166,40/208,00
3	Рыба, запеченная в омлете	49/49	53/56	331,54/405,22
4	Чай с молоком	150	180	63,40/76,08
5	Хлеб пшеничный	15	17	7,59/13,96
	Итого:	383	433	
	Итого за день:	1355	1569	1593,68/1929,61
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			