

Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 27.10.2026г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	140	160	138,61/157,27
2	Бутерброд с сыром	12/18	15/20	109,62/137,03
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	350	395	
	Йогурт снежок	89	89	47,26/47,26
Обед				
1	Винегрет овощной	30	50	36,77/57,62
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	72,9/87,48
3	Тефтели из говядины с рисом	28/12	32/22	81,85/114,59
4	Картофельное пюре	112	131	100,56/118,84
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	18	25	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	26	34	53,68/83,24
	Итого:	526	654	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	12	12	166,80/208,50
2	Фрукты- яблоко	70	70	42,75/45,00
3	Вареники ленивые	102	117	205,47/237,08
4	Чай с лимоном	150	180	46,21/55,45
5	Хлеб пшеничный	13	13	7,59/13,96
	Итого:	347	392	
	Итого за день:	1312	1530	1332,15/1611,24
	Калькулятор: Л.С. Логинова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			