

Завтрак

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 28.05.2026г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	140	160	137,61/157,27
2	Бутерброд с сыром	10/20	14/26	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	350	400	
	Сок «персиковый»	104	104	46,00/46,00
Обед				
1	Салат из моркови.	30	50	36,77/61,28
2	Рассольник ленинградский	150	180	74,76/89,71
3	Пюре из гороха с маслом	63	79	180,70/213,55
4	Кнели из кур с рисом	28/24	31/29	116,39/162,95
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	20	28	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	33	38	66,59/83,24
	Итого:	498	615	
Уплотненный полдник				
1	Крендель сахарный	41	49	164,37/246,55
2	Запеканка из творога	7/97	12/109	238,45/275,13
3	Чай с сахаром	180	200	56,02/62,24
4	Хлеб пшеничный	8	16	7,59/13,96
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	373	426	
	Итого за день:	1325	1545	1463,72/106,40
	Калькулятор : В.В.Нарожнова			
	Повар: Т.Н.Воробьева			