

Заведующий _____ Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 29.12.2025г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша манная молочная жид.	140	160	130,92/149,62
2	Бутерброд с сыром	8/16	9/20	109,62/137,03
3	Чай с молоком	180	200	76,08/84,53
	Итого:	344	389	
	Сок» абрикосовый»	98	98	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	19/8	21/12	95,68/133,94
4	Капуста тушеная	108	127	74,44/88,00
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	18	23	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	31	33	66,59/83,24
	Итого:	514	626	
Уплотненный полдник				
1	Ватрушка со сладким фаршем	14/33	17/40	140,69/211,04
2	Каша гречневая рассыпчатая	62	79	194,92/224,91
3	Какао с молоком	150	180	88,71/106,46
4	Хлеб пшеничный	14	17	7,59/13,96
5	Яйцо вареное	40	40	62,66/62,66
	Итого:	313	373	
	Итого за день:	1269	1486	1296,90/1721,76
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Т.Н.Воробьева			