

Заведующий:

Е.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 18.01.2024г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	140	160	134,82/154,10
2	Бутерброд с повидлом	7/17	13/25	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	344	398	
	Сок «яблочно-виноградный	105	105	46/46
Обед				
1	Салат из моркови	31	48	36,77/61,28
2	Суп картофельный с клецками	150	180	44,51/52,86
3	Картофельное пюре	107	129	100,56/118,85
4	Курица в соусе с томатом	31/16	35/22	150,45/250,75
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	22	28	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	31	36	95,6/119,5
	Итого:	538	658	
Уплотненный полдник				
1	Коржик молочный	35	43	166,4/208,0
2	Рыба, тушенная в сметанном соусе	69/20	74/31	66,5/95,00
3	Икра кабачковая	28	46	97,6/122
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	7	13	89,75/119,5
	Итого:	309	387	
	Итого за день:	1296	1548	1461,50/1814,60
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			