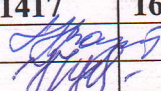


Заведующий:  Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 26-01-2024 г



	Завтрак	До 3л	До 7л	ккал
1	Каша ячневая молочная вязкая	150	170	134,51/152,46
2	Бутерброд с маслом	4/13	5/23	108,37/135,46
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	347	398	
	Молоко кипяченое	106	106	120,12/120,12
	Обед			
1	Салат овощной с зеленым горошком	30	44	32,31/53,85
2	Суп картофельный с бобовыми(зеленый горошек)	150	180	74,16/88,99
3	Голубцы ленивые	40/100	57/128	265,66/249,08
4	Соус томатный	20	30	18,01/18,02
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	21	33	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	34	37	95,6/119,5
	Итого:	545	689	
	Уплотненный полдник			
1	Фрукты яблоко	90	90	42,75/42,75
2	Коржик молочный	35	47	166,4/208,00
3	Рыба, запеченная в омлете	73/60	91/64	331,53/405,21
4	Чай с молоком	150	180	51,37/61,65
5	Хлеб пшеничный	11	15	89,75/119,50
	Итого:	419	487	
	Итого за день:	1417	1680	1815,87/1881,75
	Калькулятор: В.В.Нарожнова			
	Повар: Н.Р.Чугарова			