

Заведующий: Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 21.02.2025г

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша рисовая молочная жидкая	140	160	120,78/138,04
2	Бутерброд с сыром	8/15	11/20	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,5/90,56
Итого:		343	391	
	Кефир	103	103	47,26/47,26
Обед				
1	Салат картофельный с зеленым горошком	31	50	40,29/67,15
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,97/63,56
3	Каша гречневая рассыпчатая	71	88	164,93/194,92
4	Кнели из говядины	32/17	43/21	108,43/151,80
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	15	24	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	27	34	66,59/83,24
Итого:		493	620	
Уплотненный полдник				
1	Фрукты яблоко	80	80	42,75/45,0
2	Сдоба обыкновенная	42	54	129,01/161,27
3	Икра свекольная или морковная	129	149	142,53/164,46
4	Чай с сахаром	150	180	46,68/56,01
5	Яйца вареные	40	40	62,66/62,66
6	Хлеб пшеничный	13	17	7,59/13,96
Итого:		454	520	
Итого за день:		1393	1634	1320,15/1595/28
Калькулятор: В.В.Нарожнова.				
Повар: Н.Р.Чугарова				