

И.О.заведующего: *Мокшина*

И.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Улыбка»

Меню на 15.02.23г



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша пшеничная молочная жидкая	140	160	139,25/159,14
2	Бутерброд с повидлом	9/17	10/17	91,02/121,36
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	346	387	
	Молоко кипяченое	102	102	120,12/120,12
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	29	37	21,06/35,10
2	Борщ с капустой с картофелем	150	180	44,28/53,13
3	Макаронные изделия отварные	71	88	137,81/162,86
4	Рыба, тушенная в сметанном соусе	47/20	51/31	66,5/95,00
5	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
6	Хлеб пшеничный	21	22	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	27	34	95,6/119,5
	Итого:	515	624	
Уплотненный полдник				
1	Печенье	19	19	148,33/148,33
2	Фрукты яблоко	72	72	42,75/42,75
3	Омлет натуральный	61	69	205,5/237,23
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	6	12	89,75/119,50
	Итого:	308	352	
	Итого за день:	1271	1465	1534,10/1850,18
Калькулятор: В.В.Нарожнова		<i>Нужно</i>		
Повар: Н.Р.Чугарова				