

Заведующий

Н.Н.Полторацкая

МБДОУ «Детский сад № 49 «Яблочка»

Меню на _16.03.2025_



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	140	160	137,61/157,27
2	Бутерброд с сыром	8/25	13/30	109,62/137,03
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
	Итого:	353	403	
	Сок «яблоко»	105	105	46,00/46,00
Обед				
1	Салат из моркови.	30	50	36,77/61,28
2	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	52,96/63,56
3	Пюре из гороха с маслом	86	109	180,70/213,55
4	Котлета	32/12	43/16	116,96/163,74
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	17	25	12,65/17,71
7	Хлеб ржаной	36	40	66,59/83,24
	Итого:	513	643	
Уплотненный полдник				
1	Крендель сахарный	47	56	164,37/246,55
2	Запеканка из творога	7/137	10/160	238,45/275,13
3	Чай с сахаром	180	200	56,02/62,24
4	Хлеб пшеничный	9	14	7,59/13,96
	Итого:	380	440	
	Итого за день:	1351	1591	1401,06/1743,74
Калькулятор : В.В.Нарожнова				
Повар: Н.Р.Чугарова				