

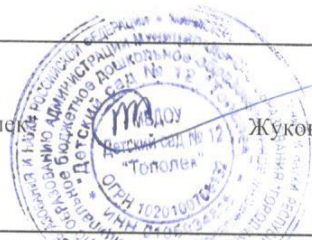
Утверждаю:
Заведующая МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополь" Жукова С.С.



Меню 12.01.2022

	вес блюда	калло- рийность
	грамм	Ккал
Завтрак		
Омлет	90	108,97
Зеленый горошек консерванный	40	30,044
Сыр в порционной нарезке	7	25,48
Хлеб пшеничный с маслом	35/5	106,677
Какао с молоком	160	105,66
Итого:		376,83
2-й завтрак		
Сок фруктовый	175	78,222
Итого:		78,222
Обед		
Борщ со свежей капустой	180	80,93
Плов из отварной говядины	120	265,58
Хлеб пшеничный	27	64,625
Хлеб ржаной	32	65,884
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		537,919
Полдник		
Запеканка из творога	70	209,71
Соус молочный	40	53,46
Кефир	112	59,772
Фрукты свежие	123	58,0
Булочка	60	170,66
Итого:		551,602
ВСЕГО:		1544,574

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополь" Жукова С.С.



Меню 12.01.2022

	вес блюда	калло- рийность
	грамм	Ккал
Завтрак		
Омлет	130	203,65
Икра кабачковая	140	129,782
Сыр в порционной нарезке	9	34,216
Хлеб пшеничный с маслом	45/6	134,51
Какао с молоком	200	139,98
Итого:		642,138
2-й завтрак		
Сок фруктовый	198	99,0
Итого:		99,0
Обед		
Борщ со свежей капустой	200	88,97
Плов из отварной говядины	160	327,96
Хлеб пшеничный	40	94,0
Хлеб ржаной	40	82,41
Компот из сухофруктов	200	63,2
Итого:		656,54
Полдник		
Запеканка из творога	95	209,71
Соус молочный	50	61,54
Кефир	145	81,639
Фрукты свежие	130	61,1
Булочка	70	204,92
Итого:		614,385
ВСЕГО:		2012,063