

Утверждаю: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополек" Жукова С.С.		
Меню		
	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	180	206,48
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	66,673
Кофейный напиток с молоком	160	108,250
Итого:		381,403
2-й завтрак		
Фрукты свежие	123	58,000
Итого:		58,000
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	180	128,800
Гуляш из говядины	90	246,890
Макаронны отварные	90	119,680
Хлеб пшеничный	16	47,000
Хлеб ржаной	40	80,400
Кисель из сухофруктов	160	88,800
Итого:		711,5780
Полдник		
Рыба запеченная в томате с овощами	110	137,140
Картофель отварной	110	143,500
Хлеб пшеничный	20	47,000
Чай с сахаром	160	21,050
Кондитерские изделия	25	101,500
Итого:		450,500
ВСЕГО:		1601,163

Утверждаю: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополек" Жукова С.С.		
Меню		
	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	200	243,620
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	94,948
Кофейный напиток с молоком	200	132,830
Итого:		471,398
2-й завтрак		
Фрукты свежие	130	61,100
Итого:		61,100
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	200	167,010
Гуляш из говядины	100	269,470
Макаронны отварные	140	182,900
Хлеб пшеничный	20	50,760
Хлеб ржаной	47	95,957
Кисель из сухофруктов	200	118,400
Итого:		884,497
Полдник		
Рыба запеченная в томате с овощами	120	151,340
Картофель отварной	125	131,220
Хлеб пшеничный	20	47,000
Чай с сахаром	200	33,050
Кондитерские изделия	40	166,840
Итого:		529,450
ВСЕГО:		1946,445