

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



Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	180	189,36
Чай с молоком	160	76,95
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	93,342
Сыр в порционной нарезке	12	43,9
Итого:		403,547
2-й завтрак		
Фрукты свежие	123	58,0
Итого:		58,0
Обед		
Свекольник	180	97,18
Жаркое по домашему	160	269,14
Зеленый горошек консервированный	40	29,12
Хлеб пшеничный	20	47,0
Хлеб ржаной	34	69,435
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		572,375
Полдник		
Сырники из творога	90	234,04
Соус сметанный	40	64,75
Йогурт	145	96,56
Кондитерские изделия	25	101,5
Итого:		496,85
ВСЕГО:		1530,772

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



Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	200	190,61
Чай с молоком	200	112,97
Хлеб пшеничный с маслом	40/6	121,338
Сыр в порционной нарезке	16	58,24
Итого:		483,158
2-й завтрак		
Фрукты свежие	130	61,1
Итого:		61,1
Обед		
Свекольник	200	126,34
Жаркое по домашему	180	297,02
Зеленый горошек консервированный	80	53,662
Хлеб пшеничный	27	65,5
Хлеб ржаной	44	89,015
Компот из сухофруктов	200	63,2
Итого:		694,7
Полдник		
Сырники из творога	110	298,59
Соус сметанный	50	107,18
Йогурт	195	134,275
Кондитерские изделия	50	167,9
Итого:		707,945
ВСЕГО:		1946,904