

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
"Детский сад № 12 "Тополек"

Жукова С.С.

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
	грамм	Ккал
<b>Завтрак</b>		
Каша пшеничная молочная	180	244,14
Чай с молоком	160	76,95
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	93,342
Сыр в порционной нарезке	11	42,479
<b>Итого:</b>		456,911
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	100	47,154
<b>Итого:</b>		47,157
<b>Обед</b>		
Свекольник	180	97,18
Котлеты из говядины	70	135,44
Капуста тушеная	150	106,91
Хлеб пшеничный	20	48,6
Хлеб ржаной	31	63,657
Компот из свежих яблок	160	53,36
<b>Итого:</b>		505,121
<b>Полдник</b>		
Пудинг из творога с рисом	95	196,75
Соус сметанный	40	64,75
Йогурт	170	112,653
Кондитерские изделия	25	101,5
<b>Итого:</b>		475,653
<b>ВСЕГО:</b>		1484,84

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
"Детский сад № 12 "Тополек"

Жукова С.С.

**Меню**

08.02.2022

	вес блюда	калло- рийность
	грамм	Ккал
<b>Завтрак</b>		
Каша пшеничная молочная	200	267,29
Чай с молоком	200	54,6
Хлеб пшеничный с маслом	40/6	121,338
Сыр в порционной нарезке	17	63,081
<b>Итого:</b>		564,68
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	100	47,0
<b>Итого:</b>		47,0
<b>Обед</b>		
Свекольник	200	126,34
Котлеты из говядины	65	149,27
Капуста тушеная	180	129,88
Хлеб пшеничный	31	72,9
Хлеб ржаной	41	83,073
Компот из свежих яблок	200	58,06
<b>Итого:</b>		619,473
<b>Полдник</b>		
Пудинг из творога с рисом	125	241,31
Соус сметанный	50	107,917
Йогурт	215	145,112
Кондитерские изделия	50	167,9
<b>Итого:</b>		661,502
<b>ВСЕГО:</b>		1892,655