

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



Меню 9.02.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	грамм	Ккал
Омлет	90	203,650
Икра кабачкова	125	120,169
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	94,9487
Сыр в порционной нарезке	16	61,072
Какао с молоком	200	139,980
Итого:		619,819
2-й завтрак		
Сок фруктовый	165	82,500
Итого:		82,500
Обед		
Борщ со свежей капустой	200	88,970
Плов из отварной говядины	170	327,960
Хлеб пшеничный	25	60,057
Хлеб ржаной	55	111,668
Компот из свежих яблок	200	58,060
Итого:		588,654
Полдник		
Запеканка из творога	120	209,710
Соус молочный	50	61,540
Кефир	194	102,820
Булочка	70	204,920
Фрукты свежие	100	47,000
Итого:		625,990
ВСЕГО:		1975,023

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



Меню 9.02.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	грамм	Ккал
Омлет	90	108,970
Зеленый горошек консерванный	35	24,582
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	20,008
Сыр в порционной нарезке	11	40,702
Какао с молоком	160	105,660
Итого:		359,922
2-й завтрак		
Сок фруктовый	180	80,000
Итого:		80,000
Обед		
Борщ со свежей капустой	180	80,930
Плов из отварной говядины	135	265,980
Хлеб пшеничный	20	48,069
Хлеб ржаной	45	91,365
Компот из сухофруктов	160	53,360
Итого:		486,344
Полдник		
Запеканка из творога	90	209,710
Соус молочный	40	53,460
Кефир	160	83,836
Булочка	60	170,660
Фрукты свежие	100	47,154
Итого:		564,821
ВСЕГО:		1544,446