

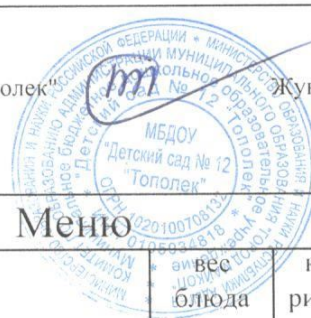
Утверждаю:  
 Заведующая МБДОУ  
 "Детский сад № 12 "Тополек" Жукова С.С.



**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<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
<b>Итого:</b>		381,403
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	100	47,154
<b>Итого:</b>		47,154
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми	180	128,800
Гуляш из говядины	85	246,890
Макаронны отварные	90	119,680
Хлеб пшеничный	20	47,000
Хлеб ржаной	35	70,350
Компот их свежих яблок	160	88,800
<b>Итого:</b>		612,720
<b>Полдник</b>		
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
<b>Итого:</b>		450,500
<b>ВСЕГО:</b>		1544,282

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



**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<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
<b>Итого:</b>		471,398
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	100	47,00
<b>Итого:</b>		47,00
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми	200	167,010
Гуляш из говядины	95	269,470
Макаронны отварные	140	182,900
Хлеб пшеничный	20	70,500
Хлеб ржаной	36	72,863
Компот из свежих яблок	200	118,400
<b>Итого:</b>		884,497
<b>Полдник</b>		
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
<b>Итого:</b>		529,450
<b>ВСЕГО:</b>		1868,650