

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ

"Детский сад № 12 "Тополь"

Жукова С.С.



Меню 26.09.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	90	108,97
Зеленый горошек консерванный	55	38,629
Сыр в порционной нарезке	12	45,242
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	80,008
Какао с молоком	160	105,66
Итого:		378,508
2-й завтрак		
Сок фруктовый	184	81,714
Итого:		81,714
Обед		
Борщ со свежей капустой	180	80,93
Плов из отварной говядины	145	265,58
Хлеб пшеничный	20	47,00
Хлеб ржаной	35	71,785
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		526,195
Полдник		
Запеканка из творога	95	209,71
Соус молочный	40	53,46
Кефир	160	85,267
Фрукты свежие	123	58,0
Булочка	60	170,66
Итого:		577,097
ВСЕГО:		1563,514

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ

"Детский сад № 12 "Тополь"

Жукова С.С.



Меню 26.09.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	130	203,65
Икра кабачковая	145	137,648
Сыр в порционной нарезке	18	67,176
Хлеб пшеничный с маслом	35/6	108,135
Какао с молоком	200	139,98
Итого:		656,589
2-й завтрак		
Сок фруктовый	180	90,0
Итого:		90,0
Обед		
Борщ со свежей капустой	200	88,97
Плов из отварной говядины	190	327,96
Хлеб пшеничный	27	64,092
Хлеб ржаной	45	91,365
Компот из сухофруктов	200	63,2
Итого:		635,586
Полдник		
Запеканка из творога	125	209,71
Соус молочный	50	61,54
Кефир	214	113,803
Фрукты свежие	130	61,1
Булочка	70	204,92
Итого:		651,073
ВСЕГО:		2033,248