

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



Меню 31.01.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Суп молочный с вермишелью	200	186,7
Чай с сахаром	200	33,05
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	94,948
Отварное яйцо	1	63,0
Итого:		377,698
2-й завтрак		
Сок фруктовый	175	92,813
Итого:		92,813
Обед		
Борщ со свежей капустой	200	88,97
Плов из отварной птицы	160	350,38
Хлеб пшеничный	27	58,750
Хлеб ржаной	58	118,088
Компот из сухофруктов	200	63,2
Итого:		679,388
Полдник		
Рагу из овощей	200	155,8
Хлеб пшеничный	25	58,75
Пирожок с повидлом	70	207,9
Фрукты свежие	130	61,1
Какао с молоком	200	129,68
Итого:		613,23
ВСЕГО:		1763,128

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



Меню 31.01.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Суп молочный с вермишелью	180	176,169
Чай с сахаром	160	21,05
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	66,673
Отварное яйцо	1	63,0
Итого:		326,883
2-й завтрак		
Сок фруктовый	165	73,333
Итого:		73,333
Обед		
Борщ со свежей капустой	180	80,93
Плов из отварной птицы	130	284,16
Хлеб пшеничный	20	47,0
Хлеб ржаной	46	93,801
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		566,391
Полдник		
Рагу из овощей	160	130,16
Хлеб пшеничный	20	47,0
Пирожок с повидлом	65	218,39
Фрукты свежие	123	58,0
Какао с молоком	180	105,66
Итого:		559,21
ВСЕГО:		1525,817