

Утверждено: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополек" Жукова С.С.		Меню 02.03.2022	
вес	блюда	грамм	кал
калорийность	блюда	грамм	кал
Завтрак			
Омлет		90	108,97
Зеленый горошек консервированный		55	38,629
Сыр в порционной нарезке		11	42,639
Хлеб пшеничный с маслом		30/5	93,342
Итого:		160	102,05
Кофейный напиток на молоке			385,63
2-й завтрак			
Сок фруктовый		160	71,238
Обед			
Суп картофельный с бобовыми		180	128,8
Пудинг из говядины		55	211,36
Икра из отварной свеклы		80	104,42
Хлеб пшеничный		20	47,0
Хлеб ржаной		40	82,314
Компот из сухофруктов		160	60,5
Полдник			
Запеканка из творога		85	209,71
Сыс молочный		40	53,46
Кефир		138	73,19
Фрукты свежие		123	58,0
Булочка		60	170,66
Итого:			
ВСЕГО:			1656,282

Утверждено: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополек" Жукова С.С.		Меню 02.03.2022	
вес	блюда	грамм	кал
калорийность	блюда	грамм	кал
Завтрак			
Омлет		130	203,65
Икра кабачковая		125	117,984
Сыр в порционной нарезке		17	63,536
Хлеб пшеничный с маслом		40/6	121,322
Кофейный напиток на молоке		200	135,65
Итого:			
ВСЕГО:			642,143
2-й завтрак			
Сок фруктовый		180	90,000
Обед			
Суп картофельный с бобовыми		200	167,01
Пудинг из говядины		65	222,71
Икра из отварной свеклы		90	122,12
Хлеб пшеничный		25	60,9
Хлеб ржаной		51	104,154
Компот из сухофруктов		200	63,2
Итого:			
ВСЕГО:			2107,639