

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

16.03.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	130	203,65
Икра кабачковая	125	116,471
Сыр в порционной нарезке	11	43,400
Хлеб пшеничный с маслом	40/6	121,322
Кофейный напиток на молоке	200	135,65
<b>Итого:</b>		620,493
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	152	76,154
<b>Итого:</b>		76,154
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми	200	167,01
Пудинг из говядины	55	222,71
Икра из отварной свеклы	90	122,12
Хлеб пшеничный	23	54,5
Хлеб ржаной	48	97,409
Компот из сухофруктов	200	63,2
<b>Итого:</b>		726,95
<b>Полдник</b>		
Запеканка из творога	120	209,71
Соус молочный	50	61,54
Кефир	174	92,933
Фрукты свежие	130	61,1
Булочка	70	204,92
<b>Итого:</b>		630,203
<b>ВСЕГО:</b>		2053,80

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

16.03.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	90	108,97
Зеленый горошек консервированный	40	28,463
Сыр в порционной нарезке	10	37,357
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	80,288
Кофейный напиток на молоке	160	102,05
<b>Итого:</b>		357,128
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	156	69,474
<b>Итого:</b>		69,474
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми	180	128,8
Пудинг из говядины	45	211,36
Икра из отварной свеклы	80	104,42
Хлеб пшеничный	20	47,0
Хлеб ржаной	38	78,283
Компот из сухофруктов	160	60,5
<b>Итого:</b>		630,363
<b>Полдник</b>		
Запеканка из творога	90	209,71
Соус молочный	40	53,46
Кефир	127	67,412
Фрукты свежие	123	58,0
Булочка	60	170,66
<b>Итого:</b>		559,242
<b>ВСЕГО:</b>		1616,208