

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополек"

Жукова С.С.

18.03.2022г.

Меню

	вес блюда	калло- рийность
<i>Завтрак</i>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша гречневая молочная жидкая	180	136,08
Кофейный напиток с молоком	160	108,25
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	66,673
Итого:		311,003
<i>2-й завтрак</i>		
Сок фруктовый	177	78,738
Итого:		78,738
<i>Обед</i>		
Борщ со свежей капустой	180	80,93
Котлеты, биточки из говядины	60	135,44
Пюре картофельное	140	135,02
Зеленый горошек консервированный	50	33,28
Хлеб пшеничный	15	36,4
Хлеб ржаной	45	90,979
Компот из свежих яблок	160	53,36
Итого:		565,434
<i>Полдник</i>		
Рыбные тефтели	70	104,48
Томатный соус	30	19,54
Макароньы отварные	90	119,68
Икра из отварной свеклы	80	104,42
Хлеб пшеничный	18	42,3
Чай с сахаром	160	21,05
Итого:		411,47
ВСЕГО:		1366,645

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополек"

Жукова С.С.

18.03.2022г.

Меню

	вес блюда	калло- рийность
<i>Завтрак</i>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша гречневая молочная жидкая	200	138,02
Кофейный напиток с молоком	200	132,83
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	94,948
Итого:		365,798
<i>2-й завтрак</i>		
Сок фруктовый	170	85,345
Итого:		85,345
<i>Обед</i>		
Борщ со свежей капустой	200	88,97
Котлеты, биточки из говядины	65	149,27
Пюре картофельное	160	151,36
Зеленый горошек консервированный	90	62,113
Хлеб пшеничный	16	38,56
Хлеб ржаной	56	113,67
Компот из свежих яблок	200	58,06
Итого:		662,006
<i>Полдник</i>		
Рыбные тефтели	85	141,95
Томатный соус	40	24,26
Макароньы отварные	140	182,9
Икра из отварной свеклы	90	122,12
Хлеб пшеничный	19	44,65
Чай с сахаром	200	33,05
Итого:		548,93
ВСЕГО:		1662,079