

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



Меню

	грамм	Ккал
Завтрак		
Каша пшеничная молочная	200	267,29
Чай с молоком	200	54,6
Хлеб пшеничный с маслом	40/6	121,338
Сыр в порционной нарезке	13	48,168
Итого:		549,766
2-й завтрак		
Фрукты свежие	130	61,1
Итого:		
Обед		
Свекольник	200	126,34
Котлеты из говядины	70	149,27
Капуста тушеная	180	129,88
Хлеб пшеничный	24	56,471
Хлеб ржаной	52	107,199
Компот из сухофруктов	200	63,2
Итого:		632,36
Полдник		
Пудинг из творога с рисом	120	241,31
Соус сметанный	50	107,917
Йогурт	194	131,92
Кондитерские изделия	50	167,9
Итого:		648,31
ВСЕГО:		1891,536

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



Меню

	грамм	Ккал
Завтрак		
Каша пшеничная молочная	180	244,14
Чай с молоком	160	76,95
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	93,342
Сыр в порционной нарезке	10	37,266
Итого:		451,699
2-й завтрак		
Фрукты свежие	123	58,0
Итого:		58
Обед		
Свекольник	180	97,18
Котлеты из говядины	65	135,44
Капуста тушеная	150	106,91
Хлеб пшеничный	15	36,7
Хлеб ржаной	42	86,143
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		522,877
Полдник		
Пудинг из творога с рисом	90	196,75
Соус сметанный	40	64,75
Йогурт	152	101,158
Кондитерские изделия	25	101,5
Итого:		464,158
ВСЕГО:		1496,734