

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



Меню 04.03.2022

	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	25/6	81,761
Итого:		352,611
<i>2-й завтрак</i>		
Сок фруктовый	172	86,085
Итого:		86,085
<i>Обед</i>		
Борщ со свежей капустой	200	88,97
Котлеты, биточки из говядины	70	149,27
Пюре картофельное	160	151,36
Зеленый горошек консервированный	96	64,245
Хлеб пшеничный	18	43,31
Хлеб ржаной	52	104,862
Компот из свежих яблок	200	58,06
Итого:		660,077
<i>Полдник</i>		
Рыбные тефтели	85	141,95
Томатный соус	40	24,26
Макароны 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:		1647,703

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



Меню 04.03.2022

	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	178	79,200
Итого:		79,200
<i>Обед</i>		
Борщ со свежей капустой	180	80,93
Котлеты, биточки из говядины	65	135,44
Пюре картофельное	140	135,02
Зеленый горошек консервированный	50	34,278
Хлеб пшеничный	15	35,6
Хлеб ржаной	40	80,4
Компот из свежих яблок	160	53,36
Итого:		554,984
<i>Полдник</i>		
Рыбные тефтели	70	104,48
Томатный соус	30	19,54
Макароны отварные	90	119,68
Икра из отварной свеклы	80	104,42
Хлеб пшеничный	17	40,2
Чай с сахаром	160	21,05
Итого:		409,355
ВСЕГО:		1354,542