

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



Меню		
	вес грамм	калло- рийность Ккал
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	150	172,41
Кофейный напиток с молоком	160	121,00
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
Итого:		372,76
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,000
Итого:		44,000
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	180	107,54
Котлеты из говядины	75	116,47
Капуста тушеная	120	85,52
Хлеб пшеничный	17	47,00
Хлеб ржаной	32	62,64
Кисель из сухофруктов	160	88,8
Итого:		507,97
Полдник		
Запеканка из творога	80	209,71
Соус молочный	30	53,46
Кефир	135	72,0
Итого:		335,217
ВСЕГО:		1259,947

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



Меню		
	вес грамм	калло- рийность Ккал
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	150	172,41
Кофейный напиток с молоком	160	121,00
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
Итого:		372,76
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,000
Итого:		44,000
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	180	107,54
Котлеты из говядины	75	116,47
Капуста тушеная	120	85,52
Хлеб пшеничный	17	47,00
Хлеб ржаной	32	62,64
Кисель из сухофруктов	160	88,8
Итого:		507,97
Полдник		
Запеканка из творога	80	209,71
Соус молочный	30	53,46
Кефир	135	72,0
Итого:		335,217
ВСЕГО:		1259,947