

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



Меню 29.03.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	200	190,610
Хлеб пшеничный с маслом	40/6	121,338
Сыр в порционной нарезке	22	83,585
Чай с молоком	200	112,970
Итого:		508,504
2-й завтрак		
Фрукты свежие	130	61,100
Итого:		61,100
Обед		
Свекольник	200	126,340
Жаркое по домашему	180	297,020
Зеленый горошек	85	55,497
Хлеб пшеничный	30	71,370
Хлеб ржаной	41	82,484
Компот из сухофруктов	200	63,200
Итого:		695,911
Полдник		
Сырники из творога	110	298,590
Соус сметанный	50	107,180
Йогурт	194	131,920
Кондитерские изделия	50	167,900
Итого:		705,590
ВСЕГО:		1971,105

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



Меню 29.03.2022

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	180	189,36
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	93,342
Сыр в порционной нарезке	15	54,600
Чай с молоком	160	76,950
Итого:		414,252
2-й завтрак		
Фрукты свежие	123	58,000
Итого:		58,000
Обед		
Свекольник	180	97,180
Жаркое по домашему	160	269,140
Зеленый горошек	45	31,200
Хлеб пшеничный	20	47,00
Хлеб ржаной	32	65,661
Компот из сухофруктов	160	60,500
Итого:		570,681
Полдник		
Сырники из творога	90	234,040
Соус сметанный	40	64,750
Йогурт	145	96,560
Кондитерские изделия	25	101,500
Итого:		496,850
ВСЕГО:		1539,783