

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



Меню

	блюда	калло- рийность
	грамм	Ккал
<b>Завтрак</b>		
Каша овсянная "Геркулес" молочная жидкая	180	206,48
Какао с молоком	160	105,66
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	66,673
<b>Итого:</b>		378,813
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	123	58,0
<b>Итого:</b>		58,0
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с макаронными изд.	180	109,72
Тефтели говяжьи	55	142,53
Икра из отварной моркови	75	80,07
Хлеб пшеничный	20	47,00
Хлеб ржаной	40	80,4
Кисель из сухофруктов	160	88,8
<b>Итого:</b>		549,15
<b>Полдник</b>		
Рыба запеченная в томате с овощами	110	137,14
Картофель отварной	110	143,5
Хлеб пшеничный	20	47,00
Чай с сахаром	160	21,05
Кондитерские изделия	25	101,5
<b>Итого:</b>		450,19
<b>ВСЕГО:</b>		1435,523

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



Меню

	блюда	калло- рийность
	грамм	Ккал
<b>Завтрак</b>		
Каша овсянная "Геркулес" молочная жидкая	200	243,62
Какао с молоком	200	129,68
Хлеб пшеничный с маслом	40/6	121,322
<b>Итого:</b>		494,622
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	130	61,1
<b>Итого:</b>		61,1
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с макаронными изд.	200	136,59
Тефтели говяжьи	65	174,09
Икра из отварной моркови	80	99,46
Хлеб пшеничный	29	69,701
Хлеб ржаной	48	97,035
Кисель из сухофруктов	200	118,4
<b>Итого:</b>		695,276
<b>Полдник</b>		
Рыба запеченная в томате с овощами	120	151,34
Картофель отварной	125	131,22
Хлеб пшеничный	20	47,00
Чай с сахаром	200	33,05
Кондитерские изделия	40	134,32
<b>Итого:</b>		529,45
<b>ВСЕГО:</b>		1780,448