

Утверждаю: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополь" Жукова С.С.		
		18.05.2022г
Меню		
	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	130	203,65
Зеленый горошек консерванный	95	19,046
Сыр в порционной нарезке	9	39,281
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Какао на молоке 2-й вар.	180	143,04
Итого:		514,337
2-й завтрак		
Сок фруктовый	136	68,966
Итого:		68,966
Обед		
Борщ со свежей капустой	200	123,2
Плов из отварной говядины	170	295,16
Хлеб пшеничный	28	68,070
Хлеб ржаной	41	72,24
Компот из сухофруктов	180	56,88
Итого:		615,55
Полдник		
Тефтеля рыбная с томатным соусом	80/40	166,21
Картофель отварной	130	136,46
Хлеб пшеничный	20	47,0
Чай с сахаром	180	29,745
Кондитерские изделия	50	100,74
Фрукты свежие	90	47,00
Итого:		527,155
ВСЕГО:		1726,007

Утверждаю: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополь" Жукова С.С.		
		18.05.2022г
Меню		
	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	90	140,5
Зеленый горошек консерванный	65	12,48
Сыр в порционной нарезке	6	24,734
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	93,342
Какао на молоке 2-й вар.	160	124,61
Итого:		395,666
2-й завтрак		
Сок фруктовый	147	74,359
Итого:		74,359
Обед		
Борщ со свежей капустой	180	61,5
Плов из отварной говядины	130	239,98
Хлеб пшеничный	19	45,79
Хлеб ржаной	33	66,794
Компот из сухофруктов	160	88,8
Итого:		502,869
Полдник		
Тефтеля рыбная с томатным соусом	70/30	123,94
Картофель отварной	110	143,5
Хлеб пшеничный	20	47,0
Чай с сахаром	160	20,5
Кондитерские изделия	25	101,5
Фрукты свежие	85	44
Итого:		480,44
ВСЕГО:		1452,128