

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



Меню

вес
блюда калло-
рийность

Завтрак	грамм	Ккал
Каша пшеничная молочная жидкая	150	169,95
Какао с молоком	160	124,61
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
Итого:		373,91
2-й завтрак		
Сок фруктовый	147	74,359
Итого:		74,359
Обед		
Борщ со свежей капустой	180	105,5
Голубцы ленивые	60	86,4
Пюре картофельное	120	115,442
Хлеб пшеничный	19	44,83
Хлеб ржаной	35	71,638
Компот из свежих яблок	160	53,36
Итого:		477,171
Полдник		
Яйцо отварное	1	63
Зеленый консервированный горошек	65	13,236
Чай с сахаром	160	21,05
Булочка	70	216,6
Итого:		313,336
ВСЕГО:		1238,777

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



Меню

вес
блюда калло-
рийность

Завтрак	грамм	Ккал
Каша пшеничная молочная жидкая	180	203,54
Какао с молоком	180	133,767
Хлеб пшеничный с маслом	35/6	109,32
Итого:		446,627
2-й завтрак		
Сок фруктовый	158	80,000
Итого:		80,000
Обед		
Борщ со свежей капустой	200	123,2
Голубцы ленивые	70	100,52
Пюре картофельное	140	135,02
Хлеб пшеничный	29	68,244
Хлеб ржаной	44	77,256
Компот из свежих яблок	180	77,01
Итого:		581,25
Полдник		
Яйцо отварное	1	63,0
Икра кабачковая консервированная	120	43,26
Чай с сахаром	180	29,745
Булочка	80	228,0
Итого:		364,905
ВСЕГО:		1472,782