

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополь"

15.06.2022г

Меню

| | вес блюда | калло- рийность |
|------------------------------|--------------|--------------------|
| Завтрак | <i>грамм</i> | <i>Ккал</i> |
| Омлет | 90 | 140,5 |
| Зеленый горошек консерванный | 60 | 11,345 |
| Сыр в порционной нарезке | 9 | 37,521 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 30,5 | 102,850 |
| Какао на молоке 2-й вар. | 160 | 124,61 |
| Итого: | | 416,61 |
| 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 | 20 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | 35 | 71,536 |
| Компот из сухофруктов | 160 | 88,8 |
| Итого: | | 508,816 |
| Полдник | | |
| Пудинг из творога с рисом | 80 | 196,75 |
| Соус сметанный | 30 | 33,78 |
| Йогурт | 160 | 106,8 |
| Кондитерские изделия | 25 | 101,5 |
| Фрукты свежие | 85 | 44,0 |
| Итого: | | 482,823 |
| ВСЕГО: | | 1482,825 |

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополь"

15.06.2022г

Меню

| | вес блюда | калло- рийность |
|---------------------------|--------------|--------------------|
| Завтрак | <i>грамм</i> | <i>Ккал</i> |
| Омлет | 130 | 203,65 |
| Икра кабачковая | 110 | 41,23 |
| Сыр в порционной нарезке | 12 | 50,589 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 30,6 | 109,32 |
| Какао на молоке 2-й вар. | 180 | 143,04 |
| Итого: | | 547,83 |
| 2-й завтрак | | |
| Сок фруктовый | 149 | 75,758 |
| Итого: | | 75,758 |
| Обед | | |
| Борщ со свежей капустой | 200 | 123,2 |
| Плов из отварной говядины | 155 | 295,16 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 72,780 |
| Хлеб ржаной | 38 | 67,756 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 56,88 |
| Итого: | | 615,775 |
| Полдник | | |
| Пудинг из творога с рисом | 110 | 256,47 |
| Соус сметанный | 40 | 40,536 |
| Йогурт | 205 | 108,5 |
| | 50 | 100,74 |
| | 90 | 47 |
| Итого: | | 553,097 |
| ВСЕГО: | | 1824,83 |