

Утверждаю:
И.о. заведующая МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополек" Напщежева М.К.



21.06.2022г

Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	150	157,8
Чай с сахаром	160	69,6
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
Сыр в порционной нарезке	10	39,3
Итого:		346,011
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,0
Итого:		44,0
Обед		
Свекольник	180	81
Жаркое по домашему	150	252,31
Огурцы свежие	60	7,2
Хлеб пшеничный	18	42,8
Хлеб ржаной	33	67,838
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		511,65
Полдник		
Сырники из творога	80	234,04
Соус сметанный	30	33,78
Йогурт	150	100,767
Итого:		368,587
ВСЕГО:		1270,249

Утверждаю:
И.о. заведующей МБДОУ
"Детский сад № 12 "Тополек" Напщежева М.К.



21.06.2022г

Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	180	171,54
Чай с сахаром	180	29,745
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Сыр в порционной нарезке	16	65,68
Итого:		376,282
2-й завтрак		
Фрукты свежие	90	47,0
Итого:		47,0
Обед		
Свекольник	200	97,18
Жаркое по домашему	180	297,02
Огурцы свежие	65	13,4
Хлеб пшеничный	27	63,9
Хлеб ржаной	42	73,428
Компот из сухофруктов	180	56,88
Итого:		601,828
Полдник		
Сырники из творога	95	313,75
Соус сметанный	40	40,536
Йогурт	202	107,262
Итого:		461,548
ВСЕГО:		1486,658