

Утверждаю:  
И.о. заведующей МБДОУ  
Детский сад № 12 Тополек

Напцеева М.К.



29.06.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	180	171,5
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Какао на молоке 2-й вар.	180	143,04
<b>Итого:</b>		423,86
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	164	83,334
<b>Итого:</b>		83,334
<b>Обед</b>		
Борщ со свежей капустой	200	123,2
Плов из отварной говядины	165	295,16
Хлеб пшеничный	19	45,693
Хлеб ржаной	39	68,633
Компот из сухофруктов	180	56,88
<b>Итого:</b>		589,566
<b>Полдник</b>		
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
<b>Итого:</b>		527,155
<b>ВСЕГО:</b>		1623,914

Утверждаю:  
И.о. заведующая МБДОУ  
Детский сад № 12 Тополек

Напцеева М.К.



29.06.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша манная молочная жидкая	150	157,8
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	102,85
Какао на молоке 2-й вар.	160	124,61
<b>Итого:</b>		385,26
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	150	76,000
<b>Итого:</b>		76,000
<b>Обед</b>		
Борщ со свежей капустой	180	61,5
Плов из отварной говядины	125	239,98
Хлеб пшеничный	20	47,00
Хлеб ржаной	31	63,516
Компот из сухофруктов	160	88,8
<b>Итого:</b>		500,796
<b>Полдник</b>		
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
<b>Итого:</b>		480,44
<b>ВСЕГО:</b>		1442,496