

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



31.05.2022г

Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша пшеничная молочная	180	240,56
Чай с сахаром	180	29,745
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Сыр в порционной нарезке	14	60,96
Итого:		440,585
2-й завтрак		
Фрукты свежие	90	47,0
Итого:		47,0
Обед		
Свекольник	200	97,18
Котлеты из говядины	75	149,27
Капуста тушеная	150	106,27
Хлеб пшеничный	27	65,539
Хлеб ржаной	46	81,458
Компот из сухофруктов	180	56,88
Итого:		557,237
Полдник		
Пудинг из творога с рисом	110	256,47
Соус сметанный	40	40,536
Йогурт	186	98,326
Итого:		395,332
ВСЕГО:		1440,154

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



31.05.2022г

Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша пшеничная молочная	150	193,2
Чай с сахаром	160	20,5
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
Сыр в порционной нарезке	9	36,509
Итого:		329,559
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,0
Итого:		44,0
Обед		
Свекольник	180	81,0
Котлеты из говядины	60	116,47
Капуста тушеная	95	85,52
Хлеб пшеничный	18	43,6
Хлеб ржаной	37	75,287
Компот из сухофруктов	160	88,8
Итого:		490,66
Полдник		
Пудинг из творога с рисом	80	196,75
Соус сметанный	30	33,78
Йогурт	138	92,366
Итого:		322,896
ВСЕГО:		1187,115