


Утверждаю:  
И.о. заведующая МБДОУ  
"Детский сад № 12 "Тополек"  Напцежева М.К.  
05.07.2022г

### Меню

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<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	12	48,1
<b>Итого:</b>		354,878
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	85	44,0
<b>Итого:</b>		44,0
<b>Обед</b>		
Свекольник	180	81,00
Жаркое по домашему	150	252,31
Огурцы свежие	55	7,2
Хлеб пшеничный	17	40,0
Хлеб ржаной	38	76,677
Компот из сухофруктов	160	60,5
<b>Итого:</b>		517,724
<b>Полдник</b>		
Сырники из творога	80	234,04
Соус сметанный	30	33,78
Йогурт	145	97,156
<b>Итого:</b>		364,976
<b>ВСЕГО:</b>		1281,579

Утверждаю:  
И.о. заведующей МБДОУ  
"Детский сад № 12 "Тополек"  Напцежева М.К.  
05.07.2022г

### Меню

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<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	19	80,13
<b>Итого:</b>		390,737
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты свежие	90	47,0
<b>Итого:</b>		47,0
<b>Обед</b>		
Свекольник	200	97,18
Жаркое по домашему	180	297,02
Огурцы свежие	60	13,4
Хлеб пшеничный	20	47,0
Хлеб ржаной	48	87,39
Компот из сухофруктов	180	56,88
<b>Итого:</b>		595,87
<b>Полдник</b>		
Сырники из творога	110	313,75
Соус сметанный	40	40,536
Йогурт	195	103,443
<b>Итого:</b>		457,729
<b>ВСЕГО:</b>		1491,336