

Утверждаю:
И.о. заведующая МБДОУ
Детский сад № 12 Тополек  Напщежева М.К.
12.07.2022г

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	12	49,206
Итого:		342,256
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,0
Итого:		44,0
Обед		
Свекольник	180	81,0
Котлеты из говядины	60	116,47
Капуста тушеная	120	85,52
Хлеб пшеничный	17	40,4
Хлеб ржаной	40	81,887
Компот из сухофруктов	160	88,8
Итого:		494,062
Полдник		
Пудинг из творога с рисом	80	196,75
Соус сметанный	30	33,78
Йогурт	147	98,444
Итого:		328,974
ВСЕГО:		1209,291

Утверждаю:
И.о. заведующей МБДОУ
Детский сад № 12 Тополек  Напщежева М.К.
12.07.2022г

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	20	81,833
Итого:		461,458
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	25	60,708
Хлеб ржаной	50	87,0
Компот из сухофруктов	180	56,88
Итого:		557,948
Полдник		
Пудинг из творога с рисом	105	256,47
Соус сметанный	40	40,536
Йогурт	197	104,827
Итого:		401,833
ВСЕГО:		1468,239