

Утверждаю: И.о. заведующей МБДОУ «Детский сад № 12 Тополек» Напещева М.К.

Детский сад № 12 Тополек
МБДОУ «Детский сад № 12 Тополек»
14.07.2022г

Меню

	грамм	Каллорийность
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес"	180	206,48
молочная жидкая	180	139,14
Кофейный напиток с молоком	30/6	109,32
Хлеб пшеничный с маслом		454,94
Итого:		
2-й завтрак		
Фрукты свежие	90	47,00
Итого:		
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	200	128,0
Гуляш из говядины	95	226,25
Макаронны отварные	130	173,75
Огурец свежий	60	13,4
Хлеб пшеничный	34	80,206
Хлеб ржаной	47	82,46
Кисель из сухофруктов	180	106,56
Итого:		810,625
Полдник		
Запеканка из творога	110	274,11
Соус молочный	40	53,46
Кефир	191	101,568
Итого:		429,138
ВСЕГО:		1741,704

Утверждаю: И.о. заведующая МБДОУ «Детский сад № 12 Тополек» Напещева М.К.

Детский сад № 12 Тополек
МБДОУ «Детский сад № 12 Тополек»
14.07.2022г

Меню

	грамм	Каллорийность
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес"	150	172,41
молочная жидкая	160	121,00
Кофейный напиток с молоком	20/5	79,35
Хлеб пшеничный с маслом		372,76
Итого:		
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,000
Итого:		44,000
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	180	107,54
Гуляш из говядины	85	196,63
Макаронны отварные	110	146,0
Огурец свежий	55	7,2
Хлеб пшеничный	22	53,36
Хлеб ржаной	37	76,211
Кисель из сухофруктов	160	88,8
Итого:		675,745
Полдник		
Запеканка из творога	80	209,71
Соус молочный	30	53,46
Кефир	143	75,911
Итого:		339,081
ВСЕГО:		1431,586