

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



30.06.2022г

Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	180	206,48
Кофейный напиток с молоком	180	139,14
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Итого:		454,94
2-й завтрак		
Фрукты свежие	90	47,00
Итого:		47,00
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	81,395
Хлеб ржаной	47	82,887
Кисель из сухофруктов	180	106,56
Итого:		812,241
Полдник		
Запеканка из творога	105	274,11
Соус молочный	40	53,46
Кефир	168	89,687
Итого:		417,257
ВСЕГО:		1731,439

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



30.06.2022г

Меню

	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	150	172,41
Кофейный напиток с молоком	160	121,00
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
Итого:		372,76
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	23	54,33
Хлеб ржаной	38	76,541
Кисель из сухофруктов	160	88,8
Итого:		677,043
Полдник		
Запеканка из творога	75	209,71
Соус молочный	30	53,46
Кефир	130	68,900
Итого:		318,71
ВСЕГО:		1412,513