

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



**Меню**

24.08.2022г

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	130	203,65
Икра кабачковая	130	47,243
Сыр в порционной нарезке	15	63,175
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Какао на молоке 2-й вар.	180	143,04
<b>Итого:</b>		566,428
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	164	83,334
<b>Итого:</b>		83,334
<b>Обед</b>		
Борщ со свежей капустой	200	123,2
Плов из отварной говядины	180	295,16
Хлеб пшеничный	30	72,361
Хлеб ржаной	38	66,917
Компот из сухофруктов	180	56,88
<b>Итого:</b>		614,518
<b>Полдник</b>		
Тефтеля рыбная с томатным соусом	60/40	166,21
Картофель отварной	130	136,46
Хлеб пшеничный	21	51,0
Чай с сахаром	180	29,745
Кондитерские изделия	50	100,74
Фрукты свежие	90	47,00
<b>Итого:</b>		531,15
<b>ВСЕГО:</b>		1795,43

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



**Меню**

24.08.2022г

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	90	140,5
Зеленый горошек консерванный	65	12,291
Сыр в порционной нарезке	9	37,856
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	102,85
Какао на молоке 2-й вар.	160	124,61
<b>Итого:</b>		418,458
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	146	74,286
<b>Итого:</b>		74,286
<b>Обед</b>		
Борщ со свежей капустой	180	105,5
Плов из отварной говядины	130	239,98
Хлеб пшеничный	20	48,18
Хлеб ржаной	30	61,85
Компот из сухофруктов	160	88,80
<b>Итого:</b>		500,305
<b>Полдник</b>		
Тефтеля рыбная с томатным соусом	55/30	123,94
Картофель отварной	110	143,5
Хлеб пшеничный	21	48,2
Чай с сахаром	160	20,5
Кондитерские изделия	25	50,37
Фрукты свежие	85	44,0
<b>Итого:</b>		430,485
<b>ВСЕГО:</b>		1423,533