

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



	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<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	8	32,8
Итого:		339,51
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,0
Итого:		44,0
Обед		
Свекольник	180	81
Жаркое по домашему	150	252,31
Огурцы свежие	50	7,2
Хлеб пшеничный	20	47,0
Хлеб ржаной	34	68,728
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		516,738
Полдник		
Сырники из творога	80	234,04
Соус сметанный	30	33,78
Йогурт	160	105,904
Итого:		373,724
ВСЕГО:		1273,972

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



	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<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	13	54,10
Итого:		364,706
2-й завтрак		
Фрукты свежие	90	47,0
Итого:		47,0
Обед		
Свекольник	200	97,18
Жаркое по домашему	180	297,02
Огурцы свежие	55	13,4
Хлеб пшеничный	27	64,1
Хлеб ржаной	42	74,345
Компот из сухофруктов	180	56,88
Итого:		602,914
Полдник		
Сырники из творога	100	313,75
Соус сметанный	40	40,536
Йогурт	198	105,136
Итого:		459,422
ВСЕГО:		1474,042