

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

27.09.2022г

Меню

	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	9	36,4
Итого:		343,15
2-й завтрак		
Фрукты свежие	85	44,0
Итого:		44,0
Обед		
Свекольник	180	81
Жаркое по домашему	150	252,31
Огурцы свежие	55	7,2
Хлеб пшеничный	16	39,4
Хлеб ржаной	35	71,498
Компот из сухофруктов	160	60,5
Итого:		511,955
Полдник		
Сырники из творога	80	234,04
Соус сметанный	30	33,78
Йогурт	145	96,56
Итого:		364,38
ВСЕГО:		1263,485

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

27.09.2022г

Меню

	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	57,61
Итого:		368,218
2-й завтрак		
Фрукты свежие	90	47,0
Итого:		47,0
Обед		
Свекольник	200	97,18
Жаркое по домашему	180	297,02
Огурцы свежие	60	13,4
Хлеб пшеничный	25	59,272
Хлеб ржаной	44	77,411
Компот из сухофруктов	180	56,88
Итого:		601,163
Полдник		
Сырники из творога	100	313,75
Соус сметанный	40	40,536
Йогурт	195	102,8
Итого:		457,086
ВСЕГО:		1473,466