

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
Детский сад № 12 Тополек



Жукова С.С.  
08.09.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<i><b>Завтрак</b></i>	<i><b>грамм</b></i>	<i><b>Ккал</b></i>
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	180	206,48
Кофейный напиток с молоком	180	139,14
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
<b>Итого:</b>		454,94
<i><b>2-й завтрак</b></i>		
Фрукты свежие	80	47,00
<b>Итого:</b>		47,00
<i><b>Обед</b></i>		
Суп картофельный с бобовыми	200	128,0
Гуляш из говядины	80	226,25
Макаронны отварные	130	173,75
Огурец свежий	55	13,4
Хлеб пшеничный	27	64,860
Хлеб ржаной	47	83,102
Кисель из сухофруктов	180	106,56
<b>Итого:</b>		795,922
<i><b>Полдник</b></i>		
Запеканка из творога	110	274,11
Соус молочный	40	53,46
Кефир	196	104,475
<b>Итого:</b>		432,045
<b>ВСЕГО:</b>		1729,908

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ  
Детский сад № 12 Тополек"



Жукова С.С.  
08.09.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<i><b>Завтрак</b></i>	<i><b>грамм</b></i>	<i><b>Ккал</b></i>
Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	150	172,41
Кофейный напиток с молоком	160	121,00
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
<b>Итого:</b>		372,76
<i><b>2-й завтрак</b></i>		
Фрукты свежие	75	44,000
<b>Итого:</b>		44,000
<i><b>Обед</b></i>		
Суп картофельный с бобовыми	180	107,54
Гуляш из говядины	70	196,63
Макаронны отварные	110	146,0
Огурец свежий	50	7,2
Хлеб пшеничный	18	44,06
Хлеб ржаной	38	76,883
Кисель из сухофруктов	160	88,8
<b>Итого:</b>		667,115
<i><b>Полдник</b></i>		
Запеканка из творога	80	209,71
Соус молочный	30	53,46
Кефир	146	78,099
<b>Итого:</b>		327,909
<b>ВСЕГО:</b>		1411,784