

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



23.09.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<i><b>Завтрак</b></i>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша пшеничная молочная жидкая	150	169,95
Какао с молоком	160	124,61
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
<b>Итого:</b>		373,91
<i><b>2-й завтрак</b></i>		
Сок фруктовый	145	73,333
<b>Итого:</b>		73,333
<i><b>Обед</b></i>		
Борщ со свежей капустой	180	105,5
Голубцы ленивые	60	86,4
Пюре картофельное	120	115,442
Хлеб пшеничный	18	42,93
Хлеб ржаной	38	76,515
Компот из свежих яблок	160	53,36
<b>Итого:</b>		480,144
<i><b>Полдник</b></i>		
Яйцо отварное	1	63
Огурец свежий	55	7,20
Чай с сахаром	160	20,5
Булочка	70	216,6
<b>Итого:</b>		307,30
<b>ВСЕГО:</b>		1234,687

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



23.09.2022г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<i><b>Завтрак</b></i>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша пшеничная молочная жидкая	180	203,54
Какао с молоком	180	133,767
Хлеб пшеничный с маслом	35/6	109,32
<b>Итого:</b>		446,627
<i><b>2-й завтрак</b></i>		
Сок фруктовый	135	68,628
<b>Итого:</b>		68,628
<i><b>Обед</b></i>		
Борщ со свежей капустой	200	123,2
Голубцы ленивые	70	100,52
Пюре картофельное	140	135,02
Хлеб пшеничный	27	70,500
Хлеб ржаной	47	82,871
Компот из свежих яблок	180	77,01
<b>Итого:</b>		589,121
<i><b>Полдник</b></i>		
Яйцо отварное	1	63,0
Огурец свежий	47	13,4
Чай с сахаром	180	29,745
Булочка	80	228,0
<b>Итого:</b>		335,045
<b>ВСЕГО:</b>		1439,42