

Утверждаю: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополек" Жукова С.С.		
30.09.2022г		
Меню		
	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша гречневая молочная жидкая	180	175,2
Кофейный напиток с молоком	180	139,14
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Итого:		423,66
2-й завтрак		
Сок фруктовый	153	77,778
Итого:		77,778
Обед		
Суп полевой	200	126,77
Котлеты, биточки из говядины	70	149,27
Икра из отварной свеклы	90	122,12
Хлеб пшеничный	27	64,75
Хлеб ржаной	51	89,088
Компот из свежих яблок	180	77,01
Итого:		629,012
Полдник		
Кондитерские изделия	45	100,74
Котлеты рыбные	80	110,1
Огурцы свежие	60	13,4
Хлеб пшеничный	20	47,0
Чай с сахаром	180	29,745
Итого:		307,715
ВСЕГО:		1438,165

Утверждаю: Заведующая МБДОУ "Детский сад № 12 "Тополек" Жукова С.С.		
30.09.2022г		
Меню		
	вес блюда	калло- рийность
Завтрак	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Каша гречневая молочная жидкая	150	146,0
Кофейный напиток с молоком	160	121,0
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	79,35
Итого:		346,35
2-й завтрак		
Сок фруктовый	150	76,471
Итого:		76,471
Обед		
Суп полевой	180	105,6
Котлеты, биточки из говядины	60	116,47
Икра из отварной свеклы	80	115,442
Хлеб пшеничный	18	43,127
Хлеб ржаной	40	82,291
Компот из свежих яблок	160	53,36
Итого:		516,291
Полдник		
Кондитерские изделия	22	62,56
Котлета рыбная	70	92,0
Огурцы свежие	55	7,2
Хлеб пшеничный	20	47,0
Чай с сахаром	160	20,5
Итого:		229,26
ВСЕГО:		1168,371