

Утверждаю:  
И.о.заведующего МБДОУ  
Детский сад № 12 Тополек"  Напчежева М.К.

03.04.2024г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	90	140,5
Зеленый горошек консерванный	55	11,622
Сыр в порционной нарезке	8	31,992
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	102,85
Какао на молоке 2-й вар.	160	124,61
<b>Итого:</b>		411,596
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	148	75,000
<b>Итого:</b>		75,000
<b>Обед</b>		
Борщ со свежей капустой	180	105,5
Плов из отварной говядины	130	239,98
Хлеб пшеничный	20	47,000
Хлеб ржаной	36	72,36
Компот из сухофруктов	160	88,80
<b>Итого:</b>		553,64
<b>Полдник</b>		
Тефтеля рыбная с томатным соусом	70/30	123,94
Картофель отварной	110	143,5
Хлеб пшеничный	20	47,0
Чай с сахаром	160	20,5
Кондитерские изделия	25	50,37
Фрукты свежие	85	44,0
<b>Итого:</b>		429,31
<b>ВСЕГО:</b>		1469,546

Утверждаю:  
И.о.заведующего МБДОУ  
Детский сад № 12 Тополек"  Напчежева М.К.

03.04.2024г

**Меню**

	вес блюда	калло- рийность
<b>Завтрак</b>	<i>грамм</i>	<i>Ккал</i>
Омлет	130	203,65
Икра кабачковая	110	42,363
Сыр в порционной нарезке	13	51,065
Хлеб пшеничный с маслом	30/6	109,32
Какао на молоке 2-й вар.	180	143,04
<b>Итого:</b>		549,438
<b>2-й завтрак</b>		
Сок фруктовый	148	75,000
<b>Итого:</b>		75,000
<b>Обед</b>		
Борщ со свежей капустой	200	123,2
Плов из отварной говядины	170	295,16
Хлеб пшеничный	30	70,500
Хлеб ржаной	45	78,3
Компот из сухофруктов	180	56,88
<b>Итого:</b>		624,04
<b>Полдник</b>		
Тефтеля рыбная с томатным соусом	80/40	166,21
Картофель отварной	130	136,46
Хлеб пшеничный	20	47,0
Чай с сахаром	180	29,745
Кондитерские изделия	50	100,74
Фрукты свежие	90	47,00
<b>Итого:</b>		527,155
<b>ВСЕГО:</b>		1775,633