



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ №12
О.В. Давыдова



МЕНЮ

На _____

ЗАВТРАК				
Наименование блюда	1-3		3-7	
	Вес	Ккал	Вес	Ккал
Каша геркулесовая молочная жидкая	120	147,88	200	197,33
Кофейный напиток с молоком	150	90,56	180	112,86
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/6	146,58	50/5/10	202,34
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Сок	100	55	100	55
ОБЕД				
Салат из моркови с зеленым горошком	30	51,88	60	68,74
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	124/5	116,78	206/8	170
Азу	180	287,63	230	362,58
Компот из яблок с лимоном	150	76,47	200	102,18
Хлеб пшеничный	30	70,32	40	93,76
Хлеб ржаной	40	77,92	50	97,4
ПОЛДНИК				
Кисломолочный напиток	154	121,66	154	121,66
Кондитерские изделия	20	83,42	35	145,99
УЖИН				
Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные	30	26,1	50	34,8
Омлет натуральный	90	107,82	90	133,98
Чай с сахаром	180	35,97	200	47,95
Хлеб пшеничный	20	46,88	25	58,6
Фрукты свежие	100	44,4	100	44,4

М/с Василевская О.В.