

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	выход	ккал
<b>Завтрак</b>		
		<b>346.09</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	149.81
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Какао с молоком	180	74.18
<b>Завтрак 2</b>		
		<b>69.00</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
<b>Обед</b>		
		<b>623.55</b>
Суп картофельный с фрикадельками	150	182.79
Печень говяжья по-строгановски	60	151.54
Каша пшеничная рассыпчатая	110	107.94
Капуста тушеная	40	35.74
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
<b>Полдник</b>		
		<b>178.80</b>
Печенье	20	83.40
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40
<b>Ужин</b>		
		<b>388.61</b>
Запеканка из творога	105	209.04
Соус молочный сладкий	40	45.18
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Чай с сахаром	180	24.49
		<b>1606.05</b>