

На 12 Апрель 2024г.

Лист 1

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	Выход	ккал
<b>Завтрак</b>		
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	497.86
Хлеб пшеничный формовой	40	330.79
Масло сливочное (порциями)	5	101.64
Чай с сахаром	200	37.40
<b>Завтрак 2</b>		
Фрукты свежие (яблоки)	100	28.03
<b>Обед</b>		
Борщ с капустой и картофелем	200	52.00
Гуляш из отварной говядины	80	719.22
Пюре картофельное	130	104.63
Икра морковная	60	235.42
Хлеб ржаной	50	128.65
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	50.48
<b>Полдник</b>		
Булочка российская	70	118.24
Кисломолочный напиток (кефир)	180	81.80
<b>Ужин</b>		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	347.21
Хлеб пшеничный формовой	40	251.68
Яйцо вареное	49	95.53
Какао с молоком	200	431.26
		169.10
		101.64
		76.84
		83.68
		2047.55