

На 06 Май 2024г.

Лист 1



«УТВЕРЖДАЮ»

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

	Выход	ккал
<b>Завтрак</b>		
Омлет натуральный		458.47
Икра кабачковая (промышленного производства)	120	197.95
Хлеб пшеничный формовой	50	49.26
Масло сливочное (порциями)	40	98.64
Сыр полутвердый (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	13	47.19
	180	28.03
<b>Завтрак 2</b>		
		74.27
Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	74.27
<b>Обед</b>		
		802.16
Суп картофельный с бобовыми	200	132.75
Птица в соусе с томатом	80	251.00
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Овощи отварные (морковь)	60	40.05
Хлеб ржаной	50	125.65
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
<b>Полдник</b>		
		340.15
Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	243.33
Кисломолочный напиток (кефир)	180	96.82
<b>Ужин</b>		
		455.47
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211.23
Хлеб пшеничный формовой	40	98.64
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Молоко кипяченое	180	93.60
		2130.52