

На 20 Январь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

1-3		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Вареники ленивые	110	235.83
Соус сметанный сладкий	30	39.84
Бутерброд с маслом	40	122.10
Чай с сахаром	180	17.56
Завтрак 2		65.71
Соки овощные, фруктовые и ягодные	140	65.71
Обед		665.67
Сельдь с луком	25	75.53
Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	127.06
Биточки рубленые	60	181.60
Картофель отварной с маслом	110	114.62
Салат из свеклы с огурцами солеными	40	24.71
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	45.35
Полдник		468.29
Каша молочная вязкая "Дружба"	150	140.12
Хлеб пшеничный	20	48.40
Булочка домашняя	60	207.97
Какао с молоком	180	71.80
Ужин		160.40
Плоды свежие (яблоки)	95	49.40
Кондитерское изделие (вафли)	15	31.50
Напиток кисломолочный (кефир)	150	79.50
		1775.40