На 20 Январь 2022г. **МЕНЮ** «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7		
	выход	ккал
Завтрак		512.54
Вареники ленивые	135	315.65
Соус сметанный сладкий	30	41.59
Бутерброд с маслом	45	134.20
Чай с сахаром	200	21.10
Завтрак 2		69.00
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
Обед		852.90
Сельдь с луком	30	82.76
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	163.57
Биточки рубленные	80	258.28
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Салат из свеклы с огурцами солеными	60	40.62
Хлеб ржаной	45	115.75
Компот из сушеных фруктов	180	54.42
Полдник		553.17
Каша молочная вязкая "Дружба"	200	184.29
Хлеб пшеничный	20	48.40
Булочка домашняя	70	234.32
Какао с молоком	200	86.16
Ужин		189.67
Плоды свежие (яблоки)	100	52.29
Кондитерское изделие (вафли)	20	43.16
Напиток кисломолочный (кефир)	180	94.22
		2177.28