На 26 Январь 2022г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7		
	выход	ккал
Завтрак		508.66
Сырники из творога	120	322.57
Соус молочный сладкий	50	53.88
Бутерброд с маслом	35	110.00
Чай с лимоном	200	22.21
Завтрак 2		52.00
Плоды свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		702.45
Рассольник ленинградский	200	109.71
Запеканка картофельная с мясом	150	353.82
Соус сметанный	30	32.10
Салат из свеклы с зелёным горошком	60	37.67
Хлеб ржаной	50	122.91
Компот из свежих плодов (яблоки)	180	46.24
Полдник		360.73
Омлет натуральный	130	206.07
Капуста тушеная	130	92.59
Хлеб пшеничный	15	40.97
Чай с сахаром	200	21.10
Ужин		226.20
Бутерброд с повидлом	50	122.20
Молоко кипяченое	200	104.00
		1850.04