

На 26 Январь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

1-3		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Сырники из творога	100	248.60
Соус молочный сладкий	40	41.92
Бутерброд с маслом	30	97.90
Чай с лимоном	180	18.24
<b>Завтрак 2</b>		<b>52.00</b>
Плоды свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		
		<b>564.13</b>
Рассольник ленинградский	150	87.97
Запеканка картофельная с мясом	130	291.47
Соус сметанный	20	23.64
Салат из свеклы с зелёным горошком	40	27.53
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из свежих плодов (яблоки)	150	36.72
<b>Полдник</b>		<b>286.94</b>
Омлет натуральный	100	159.90
Капуста тушеная	110	73.18
Хлеб пшеничный	15	36.30
Чай с сахаром	180	17.56
<b>Ужин</b>		<b>154.50</b>
Бутерброд с повидлом	25	60.90
Молоко кипяченое	180	93.60
		<b>1464.23</b>