

На 31 Январь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Каша молочная с крупой манной	200	176.34
Бутерброд с сыром (йодированный)	48	160.82
Какао с молоком	200	86.67
<b>Завтрак 2</b>		<b>115.20</b>
Плоды свежие (бананы)	120	115.20
<b>Обед</b>		<b>847.26</b>
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	122.42
Плов из птицы	165	466.76
Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	55	36.29
Хлеб пшеничный йодированный	20	53.24
Хлеб ржаной	45	114.13
Компот из сушеных фруктов	180	54.42
<b>Полдник</b>		<b>409.07</b>
Запеканка картофельная с печенью	150	245.59
Соус сметанный	30	28.02
Икра свекольная	60	52.81
Хлеб пшеничный йодированный	25	60.50
Чай с лимоном	200	22.15
<b>Ужин</b>		<b>206.63</b>
Кондитерское изделие (пряники)	30	110.59
Напиток кисломолочный (кефир)	180	96.04
		<b>2001.99</b>