

На 28 Февраль 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Каша молочная с крупой манной	200	176.34
Бутерброд с сыром (йодированный)	48	160.82
Какао с молоком	200	86.30
<b>Завтрак 2</b>		71.71
Соки овощные, фруктовые и ягодные	155	71.71
<b>Обед</b>		855.26
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	122.51
Плов из птицы	160	467.83
Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	60	35.63
Хлеб пшеничный йодированный	20	53.00
Хлеб ржаной	50	121.87
Компот из сушеных фруктов	180	54.42
<b>Полдник</b>		555.53
Запеканка картофельная с печенью	150	246.85
Соус сметанный	30	28.84
Икра свекольная	60	52.42
Хлеб пшеничный йодированный	25	60.50
Кондитерское изделие (пряники)	40	144.80
Чай с лимоном	200	22.12
<b>Ужин</b>		147.79
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Напиток кисломолочный (кефир)	180	95.79
		2053.75