

На 08 Февраль 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
		<b>333.77</b>
Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	60	126.67
Каша рассыпчатая с маслом пшеница	100	84.56
Овощи натуральные соленые (помидор)	40	6.40
Бутерброд с маслом	30	97.90
Чай с лимоном	180	18.24
<b>Завтрак 2</b>		<b>69.00</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
<b>Обед</b>		<b>561.18</b>
Суп картофельный с крупой (рис)	150	107.65
Тефтели мясные	60	187.85
Пюре картофельное	110	105.99
Салат из квашеной капусты	40	17.54
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	45.35
<b>Полдник</b>		<b>489.96</b>
Каша молочная с крупой "Геркулес"	150	149.23
Хлеб пшеничный	25	60.50
Булочка ванильная	60	202.85
Кофейный напиток с молоком	180	77.38
<b>Ужин</b>		<b>206.24</b>
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.35
Кондитерское изделие (печенье)	18	74.39
Напиток кисломолочный (кефир)	150	79.50
		<b>1660.15</b>