

На 18 Март 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Вареники ленивые	110	248.82
Соус сметанный сладкий	30	36.68
Бутерброд с маслом	30	97.90
Чай с лимоном	180	18.24
<b>Завтрак 2</b>		
Плоды свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		
587.39		
Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	126.70
Гуляш из отварного мяса	60	206.15
Пюре картофельное	110	105.99
Овощи натуральные соленые (помидор)	40	6.40
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	45.35
<b>Полдник</b>		
339.78		
Омлет натуральный	100	159.90
Винегрет овощной	110	66.20
Хлеб пшеничный	15	36.30
Кофейный напиток с молоком	180	77.38
<b>Ужин</b>		
154.50		
Бутерброд с повидлом	25	60.90
Молоко кипяченое	180	93.60
		<b>1535.31</b>