

На 09 Март 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Лист 1

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Каша молочная с крупой рисовой	200	171.81
Бутерброд с сыром (йодированный)	48	160.82
Какао с молоком	200	86.16
Завтрак 2		70.16
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	70.16
Обед		
		887.76
Суп картофельный с клецками	200	171.39
Птица, тушенная в соусе	70	303.96
Каша вязкая с маслом гречневая	130	174.60
Овощи натуральные соленые (огурец)	50	5.45
Хлеб ржаной	50	126.88
Хлеб пшеничный йодированный	20	51.06
Компот из сушеных фруктов	180	54.42
Полдник		469.87
Печень по-строгановски	70	156.89
Макаронные изделия отварные с маслом	130	187.42
Салат из свеклы	60	42.94
Хлеб пшеничный йодированный	25	60.50
Чай с лимоном	200	22.12
Ужин		196.84
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Кондитерское изделие (вафли)	25	52.65
Напиток кисломолочный (кефир)	180	92.19
		2043.42