

На 01 Апрель 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	выход	ккал
Завтрак		
		458.36
Вареники ленивые	110	248.82
Соус сметанный сладкий	30	39.84
Бутерброд с маслом	30	97.90
Какао с молоком	180	71.80
Завтрак 2		
		45.76
Плоды свежие (яблоки)	100	45.76
Обед		
		536.72
Щи из свежей капусты с картофелем	150	96.82
Гуляш из отварного мяса	60	186.90
Пюре картофельное	110	105.99
Овощи натуральные соленые (помидор)	30	4.86
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	45.35
Полдник		
		286.71
Омлет натуральный	100	159.90
Винегрет овощной	100	72.27
Хлеб пшеничный	15	36.30
Чай с лимоном	180	18.24
Ужин		
		154.50
Бутерброд с повидлом	25	60.90
Молоко кипяченое	180	93.60
		1482.05