

На 12 Апрель 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		393.66
Рыба, тушенная с овощами	80	87.08
Каша рассыпчатая с маслом пшеничная	120	126.84
Икра кабачковая консервированная	45	47.67
Бутерброд с маслом	35	110.97
Чай с сахаром	200	21.10
Завтрак 2		69.83
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.83
Обед		696.01
Свекольник	200	113.33
Яйца вареные 1/2	25	39.25
Жаркое по-домашнему	180	301.79
Овощи натуральные соленые (помидоры)	50	7.70
Хлеб пшеничный	25	60.50
Хлеб ржаной	49	119.02
Компот из сушеных фруктов	180	54.42
Полдник		576.76
Каша молочная с крупой рисовой	200	171.81
Хлеб пшеничный	25	60.50
Крендель сахарный	70	251.20
Кофейный напиток с молоком	200	93.25
Ужин		230.72
Плоды свежие (яблоки)	100	52.00
Кондитерское изделие (печенье)	20	83.40
Напиток кисломолочный (кефир)	179	95.32
		1966.98