

На 07 Апрель 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	выход	ккал
Завтрак		409.98
Рыба, тушенная с овощами	80	86.38
Картофель отварной с маслом	120	118.47
Горох отварной консервированный	45	23.69
Бутерброд с сыром	47	160.34
Чай с сахаром	200	21.10
Завтрак 2		52.00
Плоды свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		738.11
Борщ с капустой и картофелем	200	117.97
Бефстроганов из отварного мяса	70	205.56
Макаронные изделия отварные с маслом	130	194.90
Овощи натуральные соленые (огурец)	40	4.26
Хлеб пшеничный	20	48.40
Хлеб ржаной	45	112.60
Компот из сушеных фруктов	180	54.42
Полдник		592.05
Каша молочная с крупой гречневой	200	191.66
Хлеб пшеничный	20	48.40
Булочка "Веснушка"	80	265.83
Какао с молоком	200	86.16
Ужин		152.23
Кондитерское изделие (вафли)	25	55.21
Напиток кисломолочный (кефир)	180	97.02
		1944.37