

На 10 Июнь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	193.63
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		704.72
Борщ с капустой и картофелем	200	105.32
Тефтели из говядины в молочном соусе	80	278.80
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Овощи свежие (порциями) огурец	50	7.88
Хлеб ржаной	49	120.25
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		267.26
Пряник	45	164.17
Кисломолочный напиток (кефир)	200	103.09
Ужин		445.05
Вареники ленивые со сметаной	120	276.67
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Какао с молоком	200	83.68
		1859.98