

На 29 Июнь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Суп молочный с крупой манной	200	124.10
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
<b>Завтрак 2</b>		
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		
Борщ с капустой и картофелем	200	107.91
Котлеты из говядины	80	276.70
Пюре картофельное	130	131.93
Овощи свежие (порциями) огурец	58	8.72
Хлеб ржаной	44	112.31
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
<b>Полдник</b>		
Пряник	50	181.00
Кисломолочный напиток (кефир)	190	100.12
<b>Ужин</b>		
Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	124.52
Каша пшеничная рассыпчатая	130	151.72
Кабачки припущенные	40	25.00
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Чай с сахаром	200	28.03
		1808.13