

На 30 Июнь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	выход	ккал
<b>Завтрак</b>		<b>431.05</b>
Биточки рыбные	80	143.43
Картофель отварной с маслом	130	137.49
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
<b>Завтрак 2</b>		<b>52.00</b>
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		<b>757.43</b>
Суп картофельный вегетарианский	200	109.02
Гуляш из отварной говядины	80	229.14
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Икра кабачковая	50	38.45
Хлеб ржаной	50	130.95
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
<b>Полдник</b>		<b>319.81</b>
Крендель сахарный	70	228.29
Кисломолочный напиток (кефир)	175	91.52
<b>Ужин</b>		<b>451.01</b>
Каша рисовая молочная жидкая	200	205.79
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Яйцо вареное	49	76.84
Какао с молоком	200	83.68
		<b>2011.30</b>