

На 01 Июль 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
<b>Завтрак</b>		
		<b>533.55</b>
Запеканка из творога с рисом	120	263.74
Соус молочный сладкий	50	64.66
Хлеб пшеничный формовой	30	80.54
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
<b>Завтрак 2</b>		<b>82.80</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
<b>Обед</b>		
		<b>730.69</b>
Свекольник	200	142.16
Жаркое по-домашнему	200	407.60
Овощи свежие (порциями) помидор	60	9.80
Хлеб ржаной	48	116.16
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
<b>Полдник</b>		<b>249.89</b>
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Печенье	25	104.25
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.64
<b>Ужин</b>		<b>320.17</b>
Каша пшенная молочная жидкая	200	171.14
Хлеб пшеничный	50	121.00
Чай с сахаром	200	28.03
		<b>1917.10</b>

итого

сад

ясли