

На 07 Июль 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	110.52
Каша пшеничная рассыпчатая	120	132.52
Овощи свежие (порциями) огурец	50	7.98
Хлеб пшеничный формовой	30	73.18
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>775.65</b>
Борщ летний	200	122.48
Плов из говядины	200	427.61
Икра кабачковая	50	41.72
Хлеб ржаной	50	128.87
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
<b>Полдник</b>		<b>322.06</b>
Пирожок печеный с яблоками	70	228.28
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.78
<b>Ужин</b>		<b>332.31</b>
Суп молочный с крупой манной	200	124.10
Хлеб пшеничный формовой	50	121.00
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		<b>1871.65</b>