

На 19 Август 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

1-3		ВЫХОД	ккал
Завтрак			434.93
Запеканка из творога с рисом		100	207.23
Соус молочный сладкий		50	64.63
Хлеб пшеничный формовой		20	48.40
Масло сливочное (порциями)		5	37.40
Кофейный напиток с молоком		180	77.27
Завтрак 2			82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные		180	82.80
Обед			548.78
Свекольник		150	118.59
Жаркое по-домашнему		150	281.89
Овощи свежие (порциями) помидор		40	5.60
Хлеб ржаной		40	96.80
Компот из смеси сухофруктов		150	45.90
Полдник			212.30
Фрукты свежие (яблоки)		95	49.40
Печенье		20	83.40
Кисломолочный напиток (кефир)		150	79.50
Ужин			261.83
Каша пшеничная молочная жидкая		180	140.54
Хлеб пшеничный		40	96.80
Чай с сахаром		180	24.49
			1540.64