

На 31 Август 2022г.

Лист 1

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Сад

Е. А. Яркина

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Суп молочный с крупой манной		377.67
Хлеб пшеничный формовой	200	121.17
Масло сливочное (порциями)	35	84.70
Сыр полутвердый (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	13	47.19
	200	87.21
Завтрак 2		
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		
Борщ с капустой и картофелем		698.06
Котлеты из говядины	200	100.71
Пюре картофельное	70	276.88
Овощи свежие (порциями) огурец	130	128.65
Хлеб ржаной	45	7.11
Компот из смеси сухофруктов	50	129.74
	180	54.97
Полдник		
Вафли		187.67
Кисломолочный напиток (кефир)	35	81.52
	200	106.15
Ужин		
Рыба, запеченная в сметанном соусе		410.17
Каша пшеничная рассыпчатая	80	132.78
Кабачки припущенные	130	151.72
Хлеб пшеничный формовой	40	25.04
Чай с сахаром	30	72.60
	200	28.03
		1725.57