

На 03 Август 2022г.

МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Суп молочный с крупой манной	200	124.10
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Какао с молоком	200	83.68
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		744.66
Борщ с капустой и картофелем	200	105.33
Котлеты из говядины	80	321.49
Пюре картофельное	130	132.27
Овощи свежие (порциями) огурец	60	10.52
Хлеб ржаной	49	120.08
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		321.64
Пряник	60	219.48
Кисломолочный напиток (кефир)	190	102.16
Ужин		419.43
Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	136.46
Каша пшенная рассыпчатая	130	151.72
Кабачки припущенные	50	30.62
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Чай с сахаром	200	28.03
		1914.80