

На 30 Сентябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		<b>522.32</b>
Запеканка из творога с рисом	120	261.23
Соус молочный сладкий	50	64.63
Хлеб пшеничный формовой	29	71.85
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>692.92</b>
Свекольник	200	142.86
Жаркое по-домашнему	200	357.48
Овощи свежие (порциями) помидор	50	7.90
Хлеб ржаной	50	129.71
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
<b>Полдник</b>		<b>255.76</b>
Фрукты свежие (сливы)	95	58.77
Печенье	25	104.25
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.74
<b>Ужин</b>		<b>320.17</b>
Каша пшеничная молочная жидкая	200	171.14
Хлеб пшеничный	50	121.00
Чай с сахаром	200	28.03
		<b>1873.97</b>