На 14 Октябрь 2022г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		524.47
Запеканка из творога с рисом	120	259.90
Соус молочный сладкий	50	64.63
Хлеб пшеничный формовой	30	75.33
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
Завтрак 2		82.33
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.33
Обед		675.50
Свекольник	200	141.80
Жаркое по-домашнему	200	368.01
Овощи свежие (порциями) огурец	60	10.61
Хлеб ржаной	50	118.24
Компот из свежих плодов (алыча)	180	36.84
Полдник		177.69
Фрукты свежие (сливы)	80	33.18
Кондитерское изделие (вафли)	25	52.50
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.01
Ужин		316.27
Каша пшенная молочная жидкая	200	167.24
Хлеб пшеничный	50	121.00
Чай с сахаром	200	28.03
		1776.26

На 14 Октябрь 2022г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	Выход	ккал
Завтрак		524.47
Запеканка из творога с рисом	120	259.90
Соус молочный сладкий	50	64.63
Хлеб пшеничный формовой	30	75.33
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
Завтрак 2		82.33
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.33
Обед		675.50
Свекольник	200	141.80
Жаркое по-домашнему	200	368.01
Овощи свежие (порциями) огурец	60	10.61
Хлеб ржаной	50	118.24
Компот из свежих плодов (алыча)	180	36.84
Полдник		177.69
Фрукты свежие (сливы)	80	33.18
Кондитерское изделие (вафли)	25	52.50
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.01
Ужин		316.27
Каша пшенная молочная жидкая	200	167.24
Хлеб пшеничный	50	121.00
Чай с сахаром	200	28.03
		1776.26