

На 17 Октябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		354.37
Яйцо вареное	49	76.84
Капуста тушеная	120	91.85
Овощи свежие (порциями) огурец	25	3.97
Хлеб пшеничный йодированный	25	69.09
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		29.44
Фрукты свежие (сливы)	70	29.44
Обед		753.70
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	102.92
Птица тушеная	80	209.90
Пюре картофельное	130	128.65
Икра кабачковая	50	36.53
Хлеб ржаной	49	120.73
Компот из сушеных фруктов	180	54.97
Полдник		388.48
Ватрушка с творожным фаршем	80	292.77
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.71
Ужин		401.07
Каша "Дружба"	200	176.07
Хлеб пшеничный йодированный	50	121.00
Молоко кипяченое	200	104.00
		1827.06