

На 25 Октябрь 2022г.

Лист1

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Если

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Суп молочный с крупой пшеничной	150	113.99
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Яйцо вареное	49	76.84
Чай с лимоном	200	29.73
Завтрак 2		
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		
Суп картофельный с фрикадельками	150	182.61
Печень, тушенная в соусе сметанном	60	139.12
Каша рассыпчатая с маслом перловая	110	153.12
Овощи отварные (свекла)	40	27.06
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	45.90
Полдник		
Печенье	20	83.40
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.54
Ужин		
Сырники из творога запеченные	100	225.05
Соус сметанный	25	35.46
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Молоко кипяченое	150	78.00
		1694.42