

На 31 Октябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		352.25
Яйцо вареное	49	76.84
Капуста тушеная	120	91.85
Хлеб пшеничный йодированный	30	73.50
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.15
Чай с лимоном	180	25.51
Завтрак 2		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		728.52
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	89.24
Птица тушеная	80	324.50
Пюре картофельное	130	128.65
Овощи консервированные (порциями) огурцы	40	4.35
Хлеб ржаной	50	126.81
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		384.06
Ватрушка с творожным фаршем	80	290.76
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.30
Ужин		401.07
Каша "Дружба"	200	176.07
Хлеб пшеничный йодированный	50	121.00
Молоко кипяченое	200	104.00
		1948.70