

На 04 Октябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
	100	416.15
Запеканка из творога	40	210.04
Соус молочный сладкий	30	45.22
Хлеб пшеничный формовой	5	72.60
Масло сливочное (порциями)	180	37.40
Чай с сахаром		24.49
Завтрак 2		
	100	52.00
Фрукты свежие (яблоки)		52.00
Обед		
	150	494.10
Щи из свежей капусты с картофелем	60	82.65
Оладьи из печени по-кунцевски	110	148.69
Картофель отварной с маслом	40	114.62
Овощи свежие (порциями) огурец	40	5.44
Хлеб ржаной	150	96.80
Компот из сушеных фруктов		45.90
Полдник		
	60	310.48
Булочка домашняя	150	230.98
Кисломолочный напиток (кефир)		79.50
Ужин		
	180	376.52
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	30	149.81
Хлеб пшеничный формовой	49	72.60
Яйцо вареное	180	76.84
Кофейный напиток с молоком		77.27
		1649.25