На 24 Ноябрь 2022г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		421.74
Биточки рыбные	80	134.11
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		773.46
Суп картофельный вегетарианский	200	106.99
Гуляш из отварной говядины	80	251.84
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Салат из квашеной капусты с луком	60	39.28
Хлеб ржаной	50	125.48
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		322.65
Крендель сахарный	70	225.22
Кисломолочный напиток (кефир)	180	97.43
Ужин		451.01
Каша рисовая молочная жидкая	200	205.79
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Яйцо вареное	49	76.84
Какао с молоком	200	83.68
		2020.86