

На 03 Ноябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
		316.67
Рыба, тушенная в томате с овощами	60	86.14
Каша пшеничная рассыпчатая	100	90.84
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	29.40
Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		592.12
Борщ с капустой и картофелем	150	90.27
Плов из говядины	150	332.61
Салат из квашеной капусты с луком	40	26.54
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	45.90
Полдник		268.37
Пирожок печеный с повидлом	60	188.87
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин		288.60
Суп молочный с крупой манной	180	114.53
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		1517.76