

На 08 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		<b>375.21</b>
Рыба отварная с соусом польским	60	91.32
Пюре картофельное	110	111.91
Капуста тушеная	40	36.47
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с лимоном	180	25.51
<b>Завтрак 2</b>		<b>69.00</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
<b>Обед</b>		<b>618.82</b>
Свекольник	150	119.20
Плов из говядины	150	328.30
Салат из квашеной капусты с луком	40	25.78
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
<b>Полдник</b>		<b>155.09</b>
Печенье	10	62.55
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.54
<b>Ужин</b>		<b>339.92</b>
Суп молочный с крупой манной	150	102.92
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Плоды свежие (бананы)	90	86.40
Молоко кипяченое	150	78.00
		<b>1558.04</b>