

На 12 Декабрь 2022г.

Лист 1

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Омлет натуральный	100	167.46
Икра кабачковая (промышленного производства)	40	39.20
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	8	29.40
Чай с сахаром	180	24.49
		69.00
Завтрак 2		
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
		658.04
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	150	105.74
Птица в соусе с томатом	60	127.80
Макаронные изделия отварные	110	152.42
Салат из квашеной капусты с луком	40	26.54
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
		292.21
Полдник		
Сдоба обыкновенная (плюшка)	60	215.09
Кисломолочный напиток (кефир)	150	77.12
		298.56
Ужин		
Суп молочный с крупой рисовой	150	102.20
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Фрукты свежие (яблоки)	100	45.76
Молоко кипяченое	150	78.00
		1588.36