

На 13 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Суп молочный с крупой пшениной	200	142.94
Хлеб пшеничный формовой	29	71.44
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с лимоном	200	29.73
<b>Завтрак 2</b>		<b>76.84</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные	165	76.84
<b>Обед</b>		<b>640.30</b>
Щи из свежей капусты с картофелем	200	97.45
Суфле из печени	80	185.46
Пюре картофельное	130	128.65
Овощи отварные (свекла)	60	45.09
Хлеб ржаной	50	125.84
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
<b>Полдник</b>		<b>249.44</b>
Бутерброд с повидлом	50	147.60
Кисломолочный напиток (кефир)	200	101.84
<b>Ужин</b>		<b>524.21</b>
Вареники ленивые со сметаной	120	281.93
Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
Плоды свежие (бананы)	100	106.67
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		<b>1772.30</b>