

На 15 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
		341.67
Рыба, тушенная в томате с овощами	60	86.14
Каша пшенная рассыпчатая	110	109.44
Овощи отварные (морковь)	40	23.70
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		96.00
Плоды свежие (бананы)	100	96.00
Обед		599.08
Суп из овощей	150	81.36
Котлеты из говядины	60	221.75
Картофель отварной с маслом	110	114.62
Икра свекольная	40	35.81
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
Полдник		131.10
Вафли	20	35.70
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40
Ужин		316.81
Суп молочный с крупой рисовой	150	102.20
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		1484.66