

На 16 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
		497.83
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	333.95
Хлеб пшеничный формовой	40	98.45
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		
		88.60
Плоды свежие (бананы)	100	88.60
Обед		
		688.63
Борщ с капустой и картофелем	200	103.57
Гуляш из отварной говядины	80	222.49
Пюре картофельное	130	128.65
Икра морковная	60	50.48
Хлеб ржаной	50	121.82
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		
		352.02
Пирожок печеный с повидлом	70	257.51
Кисломолочный напиток (кефир)	180	94.51
Ужин		
		429.95
Суп молочный с макаронными изделиями	200	169.10
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		2057.03