

На 21 Декабрь 2022г.

Лист1

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Суп молочный с крупой пшенной	200	143.21
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.15
Кофейный напиток с молоком	200	87.55
<b>Завтрак 2</b>		79.97
Плоды свежие (бананы)	80	79.97
<b>Обед</b>		708.05
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	68.00
Бифштекс рубленый паровой	80	250.70
Каша рисовая рассыпчатая	130	158.09
Икра свекольная	60	45.15
Хлеб ржаной	50	122.62
Компот из смеси сухофруктов	180	63.49
<b>Полдник</b>		353.56
Булочка дорожная	70	259.67
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.89
<b>Ужин</b>		400.06
Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	133.73
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Овощи отварные (морковь)	40	28.20
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Чай с сахаром	200	28.03
		1953.75