

На 23 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

| Ясли | | |
|--|-------|----------------|
| | ВЫХОД | ккал |
| Завтрак | | |
| | | 354.10 |
| Запеканка из творога с морковью, со сметаной | 135 | 219.61 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 72.60 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Чай с сахаром | 180 | 24.49 |
| Завтрак 2 | | 76.80 |
| Плоды свежие (бананы) | 80 | 76.80 |
| Обед | | 551.29 |
| Суп картофельный с бобовыми | 150 | 82.50 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 293.35 |
| Овощи отварные (свекла) | 40 | 27.06 |
| Хлеб ржаной | 40 | 96.80 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 51.58 |
| Полдник | | 240.68 |
| Булочка домашняя | 60 | 163.56 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 150 | 77.12 |
| Ужин | | 328.91 |
| Суп молочный с крупой рисовой | 150 | 102.20 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 72.60 |
| Яйцо вареное | 49 | 76.84 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 77.27 |
| | | 1551.78 |