

На 29 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

| | ВЫХОД | ккал |
|--|-------|----------------|
| Завтрак | | |
| | | 352.72 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 69 | 84.11 |
| Каша рассыпчатая с маслом перловая | 130 | 109.19 |
| Икра кабачковая (промышленного производства) | 30 | 31.77 |
| Хлеб пшеничный формовой | 25 | 62.22 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Чай с сахаром | 200 | 28.03 |
| Завтрак 2 | | 96.00 |
| Плоды свежие (бананы) | 100 | 96.00 |
| Обед | | 603.40 |
| Суп из овощей | 200 | 72.74 |
| Котлеты из говядины | 70 | 212.11 |
| Пюре картофельное | 130 | 128.38 |
| Икра свекольная | 60 | 47.48 |
| Хлеб пшеничный формовой | 20 | 48.40 |
| Хлеб ржаной | 10 | 30.93 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 57.81 |
| Полдник | | 165.66 |
| Бутерброд с повидлом | 45 | 110.10 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 100 | 55.56 |
| Ужин | | 313.09 |
| Суп молочный с крупой рисовой | 200 | 112.74 |
| Хлеб пшеничный формовой | 15 | 36.30 |
| Яйцо вареное | 49 | 76.84 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 87.21 |
| | | 1530.87 |