

На 02 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		378.45
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	135	242.94
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с лимоном	180	25.51
Завтрак 2		69.00
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
Обед		523.64
Борщ с капустой и картофелем	150	89.52
Гуляш из отварной говядины	50	161.04
Пюре картофельное	110	111.91
Салат из квашеной капусты с луком	40	25.17
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из свежих плодов (яблоки)	150	39.20
Полдник		291.75
Булочка российская	60	214.63
Кисломолочный напиток (кефир)	150	77.12
Ужин		349.44
Суп молочный с макаронными изделиями	150	125.82
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Яйцо вареное	49	76.84
Какао с молоком	180	74.18
		1612.28