

На 30 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
		402.08
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	150	276.00
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.18
Завтрак 2		96.00
Плоды свежие (бананы)	100	96.00
Обед		575.42
Суп картофельный с бобовыми	200	117.77
Гуляш из отварной говядины	70	144.12
Каша пшеничная рассыпчатая	130	140.38
Икра морковная	50	52.76
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Компот из смеси сухофруктов	180	59.89
Полдник		148.44
Бутерброд с повидлом	40	97.03
Кисломолочный напиток (кефир)	100	51.41
Ужин		364.27
Суп молочный с крупой манной	200	136.69
Хлеб пшеничный формовой	25	63.19
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	200	87.55
		1586.21