

На 07 Декабрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Каша "Дружба"	180	166.01
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
Завтрак 2		102.91
Плоды свежие (бананы)	100	102.91
Обед		774.17
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	102.54
Бифштекс рубленый паровой	80	235.20
Каша гречневая рассыпчатая	130	243.20
Овощи консервированные (порциями) помидоры	50	7.67
Хлеб ржаной	50	127.75
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		370.38
Булочка дорожная	70	276.37
Кисломолочный напиток (кефир)	180	94.01
Ужин		413.62
Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	134.21
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Овощи отварные (морковь)	60	40.05
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Чай с лимоном	200	29.26
		2095.69