На 11 Январь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		433.07
Каша "Дружба"	180	164.47
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		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		799.14
Суп картофельный с крупой	200	118.68
Бифштекс рубленый паровой	80	233.69
Каша гречневая вязкая	130	208.90
Икра свекольная	60	53.52
Хлеб ржаной	50	126.54
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		369.50
Булочка дорожная	70	276.37
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.13
Ужин		411.41
Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	133.23
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Овощи отварные (морковь)	60	40.05
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Чай с сахаром	200	28.03
		2065.12