На 20 Январь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	выход	ккал
Завтрак		377.43
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	135	242.94
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		575.26
Борщ с капустой и картофелем	150	87.77
Гуляш из отварной говядины	60	175.62
Пюре картофельное	110	111.91
Икра морковная	40	34.16
Хлеб ржаной	40	96.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	69.00
Полдник		294.13
Булочка российская	60	214.63
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
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
		1648.26