На 24 Январь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

1-3		
	выход	ккал
Завтрак		346.09
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	149.81
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Какао с молоком	180	74.18
Завтрак 2		59.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	130	59.80
Обед		651.62
Суп картофельный с фрикадельками	150	182.61
Печень говяжья по-строгановски	60	180.54
Каша пшеничная рассыпчатая	110	107.94
Капуста тушеная	40	34.99
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
Полдник		178.80
Печенье	20	83.40
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40
Ужин		388.61
Запеканка из творога	105	209.04
Соус молочный сладкий	40	45.18
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Чай с сахаром	180	24.49
		1624.92