На 10 Февраль 2023г. **МЕНЮ** **«УТВЕРЖДАЮ»**

Заведующий **МБДОУ № 164**

Е. А. Яркина

3-7		
	выход	ккал
Завтрак		435.30
Запеканка из творога с морковью, со сметаной	155	273.07
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		690.39
Суп картофельный с клецками	200	124.27
Жаркое по-домашнему	180	346.87
Овощи отварные (свекла)	60	45.09
Хлеб ржаной	48	116.35
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		364.74
Булочка домашняя	70	272.05
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.69
Ужин		382.53
Суп молочный с крупой гречневой	200	145.88
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		1924.96