МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

12 200 1000	L. А. лрки	Ha
3-7		71 y.
Завтрак	ВЫХОД	ккал
Каша "Дружба"		434.64
Хлеб пшеничный формовой	180	166.04
Масло сливочное (порциями)	40	96.80
Сыр полутвердый (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	13	47.19
	200	87.21
Фрукты сворие (-5		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		838.34
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	101.92
вифштекс рубленый паровой	80	253.00
каша гречневая рассыпчатая	130	
икра свекольная	60	243.20
Хлеб ржаной	50	53.52
Компот из смеси сухофруктов		128.89
Полиник	180	57.81
рулочка дорожная	70	370.58
Кисломолочный напиток (кефир)	70	276.37
Ужин	180	94.21
Рыба, запеченная в сметанном соусе		425.31
бартофель отварной с маслом	80	147.13
Эвощи отварные (морковь)	130	137.50
Клеб пшеничный формовой	60	40.05
най с сахаром	30	72.60
ал с сахаром	200	28.03
		2120.87