На 08 Февраль 2023г. **МЕНЮ** **«УТВЕРЖДАЮ»**

Заведующий **МБДОУ № 164**

Е. А. Яркина

1-3		
	выход	ккал
Завтрак		340.05
Каша "Дружба"	150	120.11
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		648.62
Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	75.86
Бифштекс рубленый паровой	60	206.71
Каша гречневая рассыпчатая	110	184.27
Икра свекольная	40	36.24
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
Полдник		320.36
Булочка дорожная	60	240.86
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин		360.82
Рыба, запеченная в сметанном соусе	60	137.51
Картофель отварной с маслом	110	114.62
Овощи отварные (морковь)	40	23.70
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Чай с сахаром	180	24.49
		1721.85