На 09 Февраль 2023г. **МЕНЮ** **«УТВЕРЖДАЮ»**

Заведующий **МБДОУ № 164**

Е. А. Яркина

3-7		
	выход	**ккал**
Завтрак		**449.91**
Рыба отварная с соусом польским	**80**	**118.69**
Каша пшеничная вязкая	**120**	**115.42**
Капуста тушеная	**60**	**50.86**
Хлеб пшеничный формовой	**40**	**99.51**
Масло сливочное (порциями)	**5**	**37.40**
Чай с сахаром	**200**	**28.03**
Завтрак 2		**74.37**
Соки овощные, фруктовые и ягодные	**160**	**74.37**
Обед		**775.45**
Свекольник	**200**	**125.67**
Плов из говядины	**180**	**415.31**
Икра морковная	**60**	**50.48**
Хлеб ржаной	**50**	**126.18**
Компот из смеси сухофруктов	**180**	**57.81**
Полдник		**285.08**
Пряник	**50**	**181.00**
Кисломолочный напиток (кефир)	**200**	**104.08**
Ужин		**366.50**
Суп молочный с крупой манной	**200**	**124.10**
Хлеб пшеничный формовой	**40**	**96.80**
Фрукты свежие (яблоки)	**100**	**52.00**
Молоко кипяченое	**180**	**93.60**
		1951.31