На 17 Март 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		492.07
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	329.84
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		740.36
Борщ с капустой и картофелем	200	103.19
Гуляш из отварной говядины	80	253.73
Пюре картофельное	130	128.65
Икра морковная	60	50.48
Хлеб ржаной	50	119.28
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	85.03
Полдник		345.07
Булочка российская	70	250.45
Кисломолочный напиток (кефир)	180	94.62
Ужин		420.37
Суп молочный с макаронными изделиями	200	169.10
Хлеб пшеничный формовой	35	90.75
Яйцо вареное	49	76.84
Какао с молоком	200	83.68
		2049.87