На 21 Март 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
Завтрак	выход	ккал
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	434.24
Хлеб пшеничный формовой	40	214.28
Масло сливочное (порциями)	5	98.88
Какао с молоком	200	37.40
Завтрак 2		83.68
Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	73.86
Обед		73.86
Суп картофельный с фрикадельками	200	778.31
Печень говяжья по-строгановски	80	212.58
Каша пшеничная рассыпчатая	130	181.33
Капуста тушеная	60	149.62
Хлеб ржаной	50	50.86
Компот из смеси сухофруктов	180	126.11
Полдник		57.81
Печенье	50	312.52
Кисломолочный напиток (кефир)	200	208.50
Ужин		104.02
Запеканка из творога	120	515.03
Соус молочный сладкий	50	273.61
Хлеб пшеничный формовой	40	64.59
Фрукты свежие (яблоки)	100	96.80
Чай с сахаром	200	52.00
		28.03
		2113.96