На 21 Март 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

| Ясли | | |
|---|---|---|
| | выход | ккал |
| Завтрак | | 346.09 |
| Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая | 150 | 149.81 |
| Хлеб пшеничный формовой | 35 | 84.70 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Какао с молоком | 180 | 74.18 |
| Завтрак 2 | | 69.00 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 150 | 69.00 |
| Обед | | 627.72 |
| Суп картофельный с фрикадельками | 150 | 182.61 |
| Печень говяжья по-строгановски | 60 | 156.64 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | 110 | 107.94 |
| Капуста тушеная | 40 | 34.99 |
| Хлеб ржаной | 40 | 96.80 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 48.74 |
| Полдник | | 175.94 |
| Печенье | 20 | 83.40 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 180 | 92.54 |
| Ужин | | 388.61 |
| Запеканка из творога | 105 | 209.04 |
| Соус молочный сладкий | 40 | 45.18 |
| Хлеб пшеничный формовой | 25 | 60.50 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 95 | 49.40 |
| Чай с сахаром | 180 | 24.49 |
| | | 1607.36 |