На 03 Март 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		500.28
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	332.94
Хлеб пшеничный формовой	40	101.91
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		717.04
Борщ с капустой и картофелем	200	104.45
Гуляш из отварной говядины	80	220.55
Пюре картофельное	130	128.65
Икра морковная	60	50.48
Хлеб ржаной	50	127.15
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	85.76
Полдник		346.00
Булочка российская	70	250.56
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.44
Ужин		426.42
Суп молочный с макаронными изделиями	200	169.10
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Яйцо вареное	49	76.84
Какао с молоком	200	83.68
		2041.74