На 30 Март 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий **МБДОУ № 164**

Е. А. Яркина

Ясли		
	выход	ккал
Завтрак		315.87
Рыба, тушенная в томате с овощами	60	78.94
Каша пшеничная рассыпчатая	100	90.84
Овощи отварные (морковь)	40	23.70
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		615.48
Суп из овощей	150	86.86
Котлеты из говядины	60	232.65
Картофель отварной с маслом	110	114.62
Икра свекольная	40	35.81
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
Полдник		240.20
Пряник	40	144.80
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40
Ужин		316.81
Суп молочный с крупой рисовой	150	102.20
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		1540.36