На 09 Март 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

3-7		
	выход	ккал
Завтрак		
Рыба отварная с соусом польским	80	464.94
Пюре картофельное	130	121.41
Капуста тушеная	60	128.65
Хлеб пшеничный формовой	40	50.86
Масло сливочное (порциями)	5	98.59
Чай с сахаром	200	37.40
Завтрак 2		28.03
Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	73.04
Обед		73.04
Свекольник	200	779.78
Плов из говядины	180	136.90
Икра морковная	60	410.47
Хлеб ржаной	50	50.48
Компот из смеси сухофруктов	180	124.12
Полдник		57.81
Пряник	50	287.95
Кисломолочный напиток (кефир)	200	181.00
Ужин		106.95
Суп молочный с крупой манной	200	366.50
Хлеб пшеничный формовой	40	124.10
Фрукты свежие (яблоки)	100	96.80
Молоко кипяченое	180	52.00
		93.60
		1972.21