На 10 Май 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

| | выход | ккал |
|---|---|---|
| Завтрак | | |
| Суп молочный с крупой манной | 200 | 369.03 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 124.10 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 74.92 |
| Сыр полутвердый (порциями) | 14 | 37.40 |
| Какао с молоком | 200 | 48.93 |
| Завтрак 2 | | 83.68 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 160 | 74.19 |
| Обед | | 74.19 |
| Суп картофельный с крупой | 200 | 633.67 |
| Кнели говяжьи с рисом | 80 | 108.28 |
| Капуста тушеная | 130 | 249.61 |
| Хлеб ржаной | 50 | 96.97 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 121.00 |
| Полдник | | 57.81 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 219.58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 52.00 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 180 | 72.60 |
| Ужин | | 94.98 |
| Рыба отварная | 80 | 357.92 |
| Картофель, запеченный в сметанном соусе | 130 | 72.01 |
| Икра морковная | 60 | 159.40 |
| Хлеб пшеничный формовой | 20 | 50.08 |
| Чай с сахаром | 200 | 48.40 |
| | | 28.03 |
| | | 1654.39 |