На 15 Май 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		450.65
Макаронные изделия отварные	120	184.40
Икра кабачковая (промышленного производства)	50	49.87
Хлеб пшеничный йодированный	40	100.24
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	14	50.71
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		713.07
Суп крестьянский с крупой	200	115.84
Птица отварная	80	246.86
Пюре картофельное	130	128.65
Овощи отварные (свекла)	60	45.09
Хлеб ржаной	50	118.82
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		404.10
Ватрушка с творожным фаршем	80	308.11
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.99
Ужин		399.71
Суп молочный с крупой пшеничной	200	138.86
Хлеб пшеничный йодированный	40	96.80
Яйцо вареное	49	76.84
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		2019.53