На 24 Май 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

| Сад | | |
|---|---|---|
| | выход | ккал |
| Завтрак | | 366.97 |
| Суп молочный с крупой манной | 200 | 124.10 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 72.60 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Сыр полутвердый (порциями) | 14 | 49.19 |
| Какао с молоком | 200 | 83.68 |
| Завтрак 2 | | 74.23 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 160 | 74.23 |
| Обед | | 641.43 |
| Суп картофельный с крупой | 200 | 108.72 |
| Кнели говяжьи с рисом | 80 | 256.44 |
| Капуста тушеная | 130 | 97.27 |
| Хлеб ржаной | 50 | 121.19 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 57.81 |
| Полдник | | 223.23 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52.00 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 76.13 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 180 | 95.10 |
| Ужин | | 352.98 |
| Рыба отварная | 80 | 65.42 |
| Картофель, запеченный в сметанном соусе | 130 | 160.65 |
| Икра морковная | 60 | 50.48 |
| Хлеб пшеничный формовой | 20 | 48.40 |
| Чай с сахаром | 200 | 28.03 |
| | | 1658.84 |