На 28 Сентябрь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

| Сад | | |
|---|---|---|
| | выход | ккал |
| Завтрак | | 378.15 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 80 | 106.90 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | 120 | 132.52 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 73.30 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Чай с сахаром | 200 | 28.03 |
| Завтрак 2 | | 52.00 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52.00 |
| Обед | | 748.32 |
| Борщ летний | 200 | 112.90 |
| Плов из говядины | 200 | 420.15 |
| Икра кабачковая | 50 | 39.78 |
| Хлеб ржаной | 50 | 120.52 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 54.97 |
| Полдник | | 321.86 |
| Пирожок печеный с яблоками | 70 | 226.16 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 180 | 95.70 |
| Ужин | | 332.31 |
| Суп молочный с крупой манной | 200 | 124.10 |
| Хлеб пшеничный формовой | 50 | 121.00 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 87.21 |
| | | 1832.64 |