МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

	Е. А. Яркин	а
Ясли Редери		
8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	ВЫХОД	ккал
Завтрак		340.62
Омлет натуральный	100	167.46
Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
Хлеб пшеничный йодированный	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		675.52
Суп картофельный с бобовыми	150	105.73
Котлеты из птицы припущенные	60	286.57
Макаронные изделия отварные	110	134.92
Овощи свежие (порциями) помидор	40	5.60
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	45.90
Полдник	100	321.40
Булочка дорожная	60	241.90
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин	130	-
Рагу из овощей	120	285.65
Хлеб пшеничный йодированный		110.58
Фрукты свежие (яблоки)	20	48.40
Кофейный напиток с молоком	95	49.40
The state of the s	180	77.27
		1705.99