На 17 Октябрь 2023г.

# МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

| Сад | | |
|---|---|---|
| | выход | ккал |
| **Завтрак** | | |
| Суп молочный с крупой пшеничной | 200 | 378.14 |
| Хлеб пшеничный формовой | 40 | 139.07 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 96.80 |
| Яйцо вареное | 49 | 37.40 |
| Чай с сахаром | 200 | 76.84 |
| **Завтрак 2** | | |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 180 | 28.03 |
| **Обед** | | |
| Суп картофельный с фрикадельками | 200 | 84.11 |
| Печень, тушенная в соусе сметанном | 80 | 191.40 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 167.59 |
| Овощи отварные (свекла) | 60 | 243.20 |
| Хлеб ржаной | 50 | 45.09 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 124.03 |
| **Полдник** | | |
| Печенье | 50 | 54.97 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 200 | 311.33 |
| **Ужин** | | |
| Сырники из творога запеченные | 120 | 208.50 |
| Соус сметанный | 30 | 102.83 |
| Хлеб пшеничный формовой | 38 | 566.79 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 288.53 |
| Молоко кипяченое | 180 | 40.70 |
| | | 91.96 |
| | | 52.00 |
| | | 93.60 |
| | | 2166.65 |