На 19 Октябрь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		477.40
Биточки рыбные	80	142.25
Картофель отварной с маслом	130	137.50
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.52
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		767.81
Суп картофельный вегетарианский	200	110.20
Гуляш из отварной говядины	80	241.94
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Икра кабачковая	60	38.05
Хлеб ржаной	50	127.75
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		198.26
Печенье	25	104.25
Кисломолочный напиток (кефир)	180	94.01
Ужин		445.53
Каша рисовая молочная жидкая	200	205.79
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Яйцо вареное	49	76.84
Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	78.20
		1941.00