На 20 Октябрь 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		530.32
Запеканка из творога с рисом	120	263.22
Соус молочный сладкий	50	64.59
Хлеб пшеничный формовой	30	77.90
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
Завтрак 2		83.32
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	83.32
Обед		694.03
Свекольник	200	137.28
Жаркое по-домашнему	180	359.16
Овощи отварные (морковь)	40	23.70
Хлеб ржаной	50	118.92
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		250.76
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Печенье	25	104.25
Кисломолочный напиток (кефир)	180	94.51
Ужин		320.17
Каша пшенная молочная жидкая	200	171.14
Хлеб пшеничный	50	121.00
Чай с сахаром	200	28.03
		1878.60