На 12 Октябрь 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		
Рыба, тушенная в томате с овощами	70	369.75
Каша пшеничная рассыпчатая	120	93.83
Хлеб пшеничный формовой	30	132.52
Масло сливочное (порциями)	5	77.97
Чай с сахаром	200	37.40
Завтрак 2		
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		
Борщ летний	200	52.00
Плов из говядины	180	716.57
Икра кабачковая	50	110.60
Хлеб ржаной	50	393.39
Компот из смеси сухофруктов	180	36.20
Полдник		
Пирожок печеный с яблоками	70	121.41
Кисломолочный напиток (кефир)	180	54.97
Ужин		
Суп молочный с крупой манной	200	318.84
Хлеб пшеничный формовой	50	225.33
Кофейный напиток с молоком	200	93.51
		332.31
		124.10
		121.00
		87.21
		1789.47