На 09 Ноябрь 2023г. **МЕНЮ** **«УТВЕРЖДАЮ»**

Заведующий **МБДОУ № 164**

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		375.95
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	104.29
Каша пшеничная рассыпчатая	120	132.52
Хлеб пшеничный формовой	30	73.71
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		746.25
Борщ с капустой и картофелем	200	101.64
Плов из говядины	200	423.36
Икра морковная	60	50.48
Хлеб ржаной	47	115.80
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		324.07
Пирожок печеный с яблоками	70	227.33
Кисломолочный напиток (кефир)	180	96.74
Ужин		330.83
Суп молочный с крупой манной	200	124.10
Хлеб пшеничный формовой	50	121.00
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	85.73
		1829.10