На 09 Ноябрь 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	выход	ккал
Завтрак		283.67
Рыба, тушенная в томате с овощами	60	82.54
Каша пшеничная рассыпчатая	100	90.84
Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		606.84
Борщ с капустой и картофелем	150	89.52
Плов из говядины	150	340.46
Икра морковная	40	34.16
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	45.90
Полдник		252.82
Пирожок печеный с яблоками	60	173.32
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин		294.13
Суп молочный с крупой манной	180	114.53
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
		1489.46