На 14 Ноябрь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		381.23
Суп молочный с крупой пшеничной	200	141.05
Хлеб пшеничный формовой	40	97.91
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Яйцо вареное	49	76.84
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		84.07
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	84.07
Обед		799.00
Суп картофельный с фрикадельками	200	185.12
Печень, тушенная в соусе сметанном	70	161.96
Каша гречневая рассыпчатая	130	243.20
Овощи отварные (свекла)	40	27.06
Хлеб ржаной	50	126.69
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		314.66
Печенье	50	208.50
Кисломолочный напиток (кефир)	200	106.16
Ужин		579.04
Сырники из творога запеченные	120	294.83
Соус сметанный	30	40.70
Хлеб пшеничный формовой	40	97.91
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Молоко кипяченое	180	93.60
		2158.00