На 20 Ноябрь 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
Завтрак	выход	ккал
Яйцо вареное		254.79
Капуста тушеная	49	76.84
Хлеб пшеничный йодированный	40	34.99
Масло сливочное (порциями)	20	48.40
Сыр полутвердый (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	9	32.67
	180	24.49
Завтрак 2		
Фрукты свежие (яблоки)		52.00
	100	52.00
Обед		
Суп с макаронными изделиями и картофелем		564.04
Птица тушеная	150	75.86
Пюре картофельное	60	217.21
Овощи отварные (морковь)	110	111.91
Хлеб ржаной	20	16.36
Компот из смеси сухофруктов	40	96.80
	150	45.90
Полдник		
Ватрушка с творожным фаршем		329.04
Кисломолочный напиток (кефир)	60	249.54
	150	79.50
Ужин		
Каша "Дружба"		354.54
Хлеб пшеничный йодированный	180	164.14
Молоко кипяченое	40	96.80
	180	93.60
		1554.41