На 01 Декабрь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		499.57
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	155	330.08
Хлеб пшеничный формовой	40	104.06
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		654.04
Борщ с капустой и картофелем	200	102.08
Гуляш из отварной говядины	80	228.01
Пюре картофельное	130	130.02
Овощи отварные (морковь)	40	23.70
Хлеб ржаной	45	115.26
Компот из сушеных фруктов	180	54.97
Полдник		346.05
Булочка российская	70	249.72
Кисломолочный напиток (кефир)	180	96.33
Ужин		432.23
Суп молочный с макаронными изделиями	200	169.10
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Яйцо вареное	49	76.84
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	89.49
		1983.89