На 15 Декабрь 2023г. **МЕНЮ** **«УТВЕРЖДАЮ»**

**Заведующий** **МБДОУ № 164**

*Е. А. Яркина*

| Ясли | | |
|---|---|---|
| | выход | ккал |
| **Завтрак** | | 388.55 |
| Запеканка рисовая с творогом, со сметаной | 135 | 254.06 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 72.60 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Чай с сахаром | 180 | 24.49 |
| **Завтрак 2** | | 52.00 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52.00 |
| **Обед** | | 675.00 |
| Борщ с капустой и картофелем | 150 | 89.84 |
| Гуляш из отварной говядины | 60 | 299.54 |
| Пюре картофельное | 110 | 111.91 |
| Икра морковная | 40 | 31.01 |
| Хлеб ржаной | 40 | 96.80 |
| Компот из сушеных фруктов | 150 | 45.90 |
| **Полдник** | | 294.13 |
| Булочка российская | 60 | 214.63 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 150 | 79.50 |
| **Ужин** | | 358.06 |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 125.82 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 72.60 |
| Яйцо вареное | 49 | 76.84 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 150 | 82.80 |
| | | 1767.74 |