На 25 Декабрь 2023г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		465.43
Омлет натуральный	120	197.95
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	63.11
Хлеб пшеничный йодированный	35	93.17
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		74.61
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	74.61
Обед		780.88
Суп картофельный с бобовыми	200	159.49
Птица в соусе с томатом	80	223.11
Макаронные изделия отварные	130	198.44
Овощи отварные (морковь)	60	23.70
Хлеб ржаной	50	121.17
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		306.99
Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	211.75
Кисломолочный напиток (кефир)	179	95.24
Ужин		488.79
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	246.39
Хлеб пшеничный йодированный	30	96.80
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Молоко кипяченое	180	93.60
		2116.70