На 28 Декабрь 2023г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

| Ясли | | |
|---|---|---|
| | выход | ккал |
| Завтрак | | 366.77 |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 60 | 60.76 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 110 | 159.92 |
| Овощи отварные (морковь) | 40 | 23.70 |
| Хлеб пшеничный формовой | 25 | 60.50 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Чай с сахаром | 180 | 24.49 |
| Завтрак 2 | | 52.00 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52.00 |
| Обед | | 558.01 |
| Суп из овощей | 150 | 81.36 |
| Котлеты из говядины | 60 | 180.69 |
| Картофель отварной с маслом | 110 | 114.61 |
| Икра свекольная | 40 | 35.81 |
| Хлеб ржаной | 40 | 96.80 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 48.74 |
| Полдник | | 240.20 |
| Пряник | 40 | 144.80 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 180 | 95.40 |
| Ужин | | 357.16 |
| Суп молочный с крупой пшенной | 150 | 142.55 |
| Хлеб пшеничный формовой | 25 | 60.50 |
| Яйцо вареное | 49 | 76.84 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 77.27 |
| | | 1574.14 |