На 15 Январь 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		451.46
Омлет натуральный	120	198.07
Икра кабачковая (промышленного производств	50	49.00
Хлеб пшеничный	40	91.77
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		74.00
Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	74.00
Обед		829.54
Суп картофельный с бобовыми	200	130.74
Птица в соусе с томатом	80	288.57
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Овощи отварные (морковь)	60	40.05
Хлеб ржаной	50	117.47
Компот из смеси сухофруктов	180	57.81
Полдник		337.22
Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	243.97
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.25
Ужин		449.40
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	211.54
Хлеб пшеничный	40	91.77
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Молоко кипяченое	180	94.09
		2141.62