На 01 Февраль 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
Завтрак	выход	ккал
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	425.30
Каша пшеничная рассыпчатая	120	101.39
Овощи отварные (морковь)	60	132.52
Хлеб пшеничный формовой	35	40.05
Масло сливочное (порциями)	5	85.91
Чай с лимоном	200	37.40
Завтрак 2		28.03
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		52.00
Суп из овощей	200	743.49
Котлеты из говядины	80	86.76
Картофель отварной с маслом	130	280.22
Икра свекольная	60	137.50
Хлеб ржаной	50	53.09
Компот из смеси сухофруктов	180	128.11
Полдник		57.81
Пряник	50	284.64
Кисломолочный напиток (кефир)	200	181.00
Ужин		103.64
Суп молочный с крупой рисовой	200	350.94
Хлеб пшеничный формовой	30	113.25
Яйцо вареное	49	73.64
Кофейный напиток с молоком	200	76.84
		87.21
		1856.37