

На 19 Апрель 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Если

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Запеканка из творога с морковью, со сметаной	135	220.61
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		
Фрукты свежие (яблоки)	100	41.60
Обед		
566.06		
Суп картофельный с клецками	150	102.25
Жаркое по-домашнему	150	291.21
Овощи отварные (свекла)	40	27.06
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	48.74
Полдник		
310.55		
Булочка домашняя	60	231.05
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин		
263.98		
Суп молочный с крупой гречневой	150	114.11
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		1537.29