

На 20 Май 2024г.

Лист1

МЕНЮ
Заведующий

«УТВЕРЖДАЮ»

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		
Омлет натуральный		458.69
Икра кабачковая (промышленного производства)	120	197.95
Хлеб пшеничный формовой	50	50.16
Масло сливочное (порциями)	40	97.96
Сыр полутвердый (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	13	47.19
	180	28.03
Завтрак 2		
Соки овощные, фруктовые и ягодные		74.65
	160	74.65
Обед		
Суп картофельный с бобовыми		841.38
Птица в соусе с томатом	200	132.75
Макаронные изделия отварные	80	287.90
Овощи отварные (морковь)	130	194.90
Хлеб ржаной	60	40.05
Компот из смеси сухофруктов	50	127.97
	180	57.81
Полдник		
Сдоба обыкновенная (плюшка)		338.82
Кисломолочный напиток (кефир)	70	242.73
	180	96.09
Ужин		
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая		454.79
Хлеб пшеничный формовой	200	211.23
Фрукты свежие (яблоки)	40	97.96
Молоко кипяченое	100	52.00
	180	93.60
		2168.33