

На 14 Июнь 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

| | ВЫХОД | ккал |
|-------------------------------------------|-------|----------------|
| Завтрак | | 404.21 |
| Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая | 200 | 211.12 |
| Хлеб пшеничный формовой | 35 | 80.47 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 37.40 |
| Сыр полутвердый (порциями) | 13 | 47.19 |
| Чай с сахаром | 200 | 28.03 |
| Завтрак 2 | | 83.75 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 180 | 83.75 |
| Обед | | 698.38 |
| Суп из овощей | 200 | 93.31 |
| Тефтели из говядины в молочном соусе | 80 | 278.33 |
| Картофель отварной с маслом | 130 | 137.50 |
| Овощи свежие (порциями) огурец | 50 | 7.53 |
| Хлеб ржаной | 50 | 126.74 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 54.97 |
| Полдник | | 284.83 |
| Пряник | 50 | 181.00 |
| Кисломолочный напиток (кефир) | 200 | 103.83 |
| Ужин | | 485.46 |
| Вареники ленивые со сметаной | 120 | 269.40 |
| Хлеб пшеничный формовой | 35 | 80.47 |
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 52.00 |
| Какао с молоком | 200 | 83.59 |
| | | 1956.63 |