

На 17 Июнь 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

	выход	ккал
<b>Завтрак</b>		<b>399.66</b>
Омлет натуральный	120	198.57
Овощи свежие (порциями) огурец	50	7.42
Хлеб пшеничный формовой	35	81.05
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	13	47.19
Чай с сахаром	200	28.03
<b>Завтрак 2</b>		<b>82.97</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.97
<b>Обед</b>		<b>816.83</b>
Суп картофельный с бобовыми	200	134.10
Котлеты из птицы припущенные	70	295.36
Макаронные изделия отварные	130	206.10
Овощи свежие (порциями) помидор	50	6.59
Хлеб ржаной	50	113.23
Компот из сушеных фруктов	180	61.45
<b>Полдник</b>		<b>371.95</b>
Булочка дорожная	70	277.23
Кисломолочный напиток (кефир)	180	94.72
<b>Ужин</b>		<b>353.82</b>
Рагу из овощей	150	145.75
Хлеб пшеничный формовой	20	69.45
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Кофейный напиток с молоком	200	86.62
		<b>2025.23</b>