

На 17 Июнь 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		<b>340.62</b>
Омлет натуральный	100	167.46
Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Сыр полутвердый (порциями)	9	32.67
Чай с сахаром	180	24.49
<b>Завтрак 2</b>		<b>82.80</b>
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
<b>Обед</b>		<b>666.91</b>
Суп картофельный с бобовыми	150	108.97
Котлеты из птицы припущенные	60	269.04
Макаронные изделия отварные	110	134.92
Овощи свежие (порциями) помидор	40	5.60
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	51.58
<b>Полдник</b>		<b>321.40</b>
Булочка дорожная	60	241.90
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
<b>Ужин</b>		<b>286.05</b>
Рагу из овощей	130	110.98
Хлеб пшеничный формовой	20	48.40
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		<b>1697.78</b>