

На 21 Июнь 2024г.

Лист 1

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	ВЫХОД	ккал
Завтрак		
Запеканка из творога с рисом		514.42
Соус молочный сладкий	120	258.70
Хлеб пшеничный формовой	50	63.83
Масло сливочное (порциями)	30	67.28
Кофейный напиток с молоком	5	37.40
	200	87.21
Завтрак 2		
Соки овощные, фруктовые и ягодные		81.13
	180	81.13
Обед		
Свекольник		689.05
Жаркое по-домашнему	200	135.40
Овощи свежие (порциями) помидор	200	366.49
Хлеб ржаной	50	7.61
Компот из смеси сухофруктов	50	124.58
	180	54.97
Полдник		
Фрукты свежие (яблоки)		249.57
Печенье	100	52.00
Кисломолочный напиток (кефир)	25	104.25
	180	93.32
Ужин		
Каша пшенная молочная жидкая		311.29
Хлеб пшеничный	200	171.14
Чай с сахаром	50	112.12
	200	28.03
		1845.46