

На 21 Июнь 2024г.

Лист 1

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
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
<b>Завтрак 2</b>		
Соки овощные, фруктовые и ягодные		81.13
	180	81.13
<b>Обед</b>		
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
<b>Полдник</b>		
Фрукты свежие (яблоки)		249.57
Печенье	100	52.00
Кисломолочный напиток (кефир)	25	104.25
	180	93.32
<b>Ужин</b>		
Каша пшеничная молочная жидкая		311.29
Хлеб пшеничный	200	171.14
Чай с сахаром	50	112.12
	200	28.03
		1845.46