На 28 октябрь 2026г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Ясли		
	выход	ккал
Завтрак		310.00
Суп молочный с макаронными изделиями	150	125.82
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Какао с молоком	180	74.18
Завтрак 2		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		489.21
Суп картофельный с крупой (пшенной)	150	87.02
Перец, фаршированный мясом и рисом	150	253.89
Овощи свежие (порциями) помидор	40	5.60
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	45.90
Полдник		212.30
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Печенье	20	83.40
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин		363.03
Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	60	129.89
Пюре картофельное	110	111.91
Икра свекольная	40	36.24
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Чай с сахаром	180	24.49
		1457.34

На 28 октябрь 2026г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		386.98
Суп молочный с макаронными изделиями	200	169.10
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Какао с молоком	200	83.68
Завтрак 2		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		665.54
Суп картофельный с крупой (пшенной)	200	108.72
Перец, фаршированный мясом и рисом	200	372.92
Овощи свежие (порциями) помидор	60	8.46
Хлеб ржаной	50	120.47
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		249.91
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Печенье	25	104.25
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.66
Ужин		458.08
Фрикадельки рыбные запеченные с молочным соусом	80	175.28
Пюре картофельное	130	128.65
Икра свекольная	60	53.52
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Чай с сахаром	200	28.03
		1843.31