На 03 ноябрь 2026г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
Завтрак	выход	ккал
Суп молочный с крупой пшеничной	200	365.83
Хлеб пшеничный формовой	35	138.86
Масло сливочное (порциями)	5	84.70
Яйцо вареное	49	37.40
Чай с сахаром	200	76.84
Завтрак 2		28.03
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	81.71
Обед		81.71
Щи из свежей капусты с картофелем	200	725.55
Биточки из птицы припущенные	70	93.67
Каша гречневая рассыпчатая	130	170.96
Овощи отварные (свекла)	60	243.20
Хлеб ржаной	50	45.09
Компот из смеси сухофруктов	180	117.66
Полдник		54.97
Печенье	50	314.50
Кисломолочный напиток (кефир)	200	208.50
Ужин		106.00
Сырники из творога запеченные	120	540.99
Соус сметанный	30	280.92
Хлеб пшеничный формовой	30	41.87
Фрукты свежие (яблоки)	100	72.60
Молоко кипяченое	180	52.00
		93.60
		2028.58

На 03 ноябрь 2026г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина



Ясли		
	выход	ккал
Завтрак		313.22
Суп молочный с крупой пшеничной	150	113.99
Хлеб пшеничный формовой	25	60.50
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Яйцо вареное	49	76.84
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		82.80
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	82.80
Обед		576.30
Щи из свежей капусты с картофелем	150	82.34
Биточки из птицы припущенные	60	139.93
Каша гречневая рассыпчатая	110	184.27
Овощи отварные (свекла)	40	27.06
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	45.90
Полдник		178.80
Печенье	20	83.40
Кисломолочный напиток (кефир)	180	95.40
Ужин		455.59
Сырники из творога запеченные	105	220.13
Соус сметанный	25	35.46
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Фрукты свежие (яблоки)	95	49.40
Молоко кипяченое	150	78.00
		1606.71