На 10 ноябрь 2026г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина

Сад		
	выход	ккал
Завтрак		508.71
Запеканка из творога	120	273.25
Соус молочный сладкий	50	64.59
Хлеб пшеничный формовой	40	105.44
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		670.78
Суп картофельный с фрикадельками	200	168.09
Суфле из печени	80	158.03
Картофель отварной с маслом	150	152.90
Овощи свежие (порциями) огурец	60	9.35
Хлеб ржаной	50	127.44
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
Полдник		365.46
Булочка домашняя	70	271.90
Кисломолочный напиток (кефир)	180	93.56
Ужин		472.16
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	211.23
Хлеб пшеничный формовой	40	96.80
Яйцо вареное	49	76.92
Кофейный напиток с молоком	200	87.21
		2069.11

На 10 ноябрь 2026г. МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 164

Е. А. Яркина



Ясли		
	выход	ккал
Завтрак		379.17
Запеканка из творога	100	199.50
Соус молочный сладкий	40	45.18
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	180	24.49
Завтрак 2		52.00
Фрукты свежие (яблоки)	100	52.00
Обед		539.52
Суп картофельный с фрикадельками	150	132.84
Суфле из печени	60	135.66
Картофель отварной с маслом	120	122.32
Овощи свежие (порциями) огурец	40	6.00
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из смеси сухофруктов	150	45.90
Полдник		310.44
Булочка домашняя	60	230.94
Кисломолочный напиток (кефир)	150	79.50
Ужин		376.60
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	149.81
Хлеб пшеничный формовой	30	72.60
Яйцо вареное	49	76.92
Кофейный напиток с молоком	180	77.27
		1657.73