

На 01 Сентябрь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ № 164

Сад

Е. А. Яркина

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Биточки рыбные	80	128.84
Картофель отварной с маслом	130	137.49
Хлеб пшеничный формовой	30	80.34
Масло сливочное (порциями)	5	37.40
Чай с сахаром	200	28.03
<b>Завтрак 2</b>		<b>55.85</b>
Фрукты свежие (яблоки)	100	55.85
<b>Обед</b>		<b>742.54</b>
Суп картофельный вегетарианский	200	111.36
Гуляш из отварной говядины	80	220.97
Макаронные изделия отварные	130	194.90
Икра кабачковая	50	37.50
Хлеб ржаной	50	122.84
Компот из смеси сухофруктов	180	54.97
<b>Полдник</b>		<b>322.18</b>
Крендель сахарный	70	229.26
Кисломолочный напиток (кефир)	180	92.92
<b>Ужин</b>		<b>451.25</b>
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	206.03
Хлеб пшеничный формовой	35	84.70
Яйцо вареное	49	76.84
Какао с молоком	200	83.68
		<b>1983.92</b>