

На 14 Январь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 156

Е.Д. Кузина

1-3

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		<b>388.35</b>
Рыба запеченная	60	81.76
Пюре картофельное	110	109.62
Икра кабачковая (консервированная)	40	39.20
Бутерброд с маслом и сыром	40	139.04
Чай с лимоном	180	18.73
<b>Завтрак 2</b>		<b>52.00</b>
Плоды свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		<b>567.14</b>
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	89.11
Бефстроганов из отварного мяса	60	179.70
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	132.82
Овощи отварные (свекла)	40	26.20
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	42.51
<b>Полдник</b>		<b>188.10</b>
Кондитерское изделие (пряник)	30	108.60
Напиток кисломолочный (кефир)	150	79.50
<b>Ужин</b>		<b>288.86</b>
Каша молочная с крупой манной	150	141.75
Хлеб пшеничный	30	72.60
Кофейный напиток с молоком	180	74.51
		<b>1484.45</b>

На 14 Январь 2022г.

МЕНЮ «УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ 156

Е.П. Кузина

3-7

	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Рыба запеченная	80	110.63
Пюре картофельное	130	131.25
Икра кабачковая (консервированная)	45	44.28
Бутерброд с маслом и сыром	50	162.03
Чай с лимоном	200	22.89
<b>Завтрак 2</b>		<b>52.00</b>
Плоды свежие (яблоки)	100	52.00
<b>Обед</b>		<b>744.91</b>
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	112.35
Бефстроганов из отварного мяса	80	248.75
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	191.75
Овощи отварные (свекла)	60	42.94
Хлеб ржаной	40	100.38
Компот из сушеных фруктов	180	48.74
<b>Полдник</b>		<b>233.09</b>
Кондитерское изделие (пряник)	40	139.41
Напиток кисломолочный (кефир)	180	93.68
<b>Ужин</b>		<b>352.38</b>
Каша молочная с крупой манной	200	179.02
Хлеб пшеничный	35	89.08
Кофейный напиток с молоком	200	84.28
		<b>1853.46</b>