

На 18 Январь 2022г.



«УТВЕРЖДАЮ»

МЕНЮ

Заведующий

МБДОУ 156

Е.П.Кузина

	ВЫХОД	ккал
<b>1-3</b>		
<b>Завтрак</b>		
Биточки рыбные запеченные	60	109.88
Каша вязкая пшеничная с маслом	110	107.94
Горох отварной (консервированный)	40	21.99
Бутерброд с маслом	35	110.00
Чай с лимоном	180	18.73
<b>Завтрак 2</b>		
Плоды свежие (мандарины)	80	42.40
<b>Обед</b>		
Щи из свежей капусты с картофелем	150	79.15
Шницель рубленый	60	173.58
Пюре картофельное	110	112.22
Овощи отварные (свекла)	40	26.20
Хлеб ржаной	40	96.80
Компот из сушеных фруктов	150	42.51
<b>Полдник</b>		
Ватрушка с джемом	70	233.25
Напиток кисломолочный (кефир)	150	79.50
<b>Ужин</b>		
Каша молочная с крупой рисовой	150	150.54
Хлеб пшеничный	20	48.40
Какао с молоком	180	71.80
		<b>1524.89</b>

На 18 Январь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 156

Е. П. Кузина

3-7		
	ВЫХОД	ккал
<b>Завтрак</b>		
Биточки рыбные запеченные	80	142.57
Каша вязкая пшеничная с маслом	130	142.14
Горох отварной (консервированный)	45	24.44
Бутерброд с маслом	45	134.20
Чай с лимоном	200	23.20
<b>Завтрак 2</b>		<b>49.13</b>
Плоды свежие (мандарины)	90	49.13
<b>Обед</b>		<b>680.14</b>
Щи из свежей капусты с картофелем	200	95.35
Шницель рубленый	70	233.78
Пюре картофельное	130	133.85
Овощи отварные (свекла)	60	42.94
Хлеб ржаной	50	125.48
Компот из сушеных фруктов	180	48.74
<b>Полдник</b>		<b>319.19</b>
Булочка домашняя	70	223.99
Напиток кисломолочный (кефир)	179	95.20
<b>Ужин</b>		<b>312.22</b>
Каша молочная с крупой рисовой	200	182.86
Хлеб пшеничный	20	48.40
Какао с молоком	200	80.96
		<b>1827.23</b>