



Утверждаю:  
Заведующая МДОУ №99  
Р.Ф. Захарова

## Меню на « 10 » октября 2024 года

### 1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Макароны с сыром	150	200	16,4	7,4	76,8	446,4
Кофейный напиток	150	200	3,0	2,4	19,4	111,5
Батон с маслом	30/5	40/8	2,6	6,0	18,0	136,6

### 2 Завтрак

Яблоко	150	150	0,8	0,8	19,6	94,0

### Обед

Суп крестьянский на к/б со сметаной	150	200	4,9	4,57	7,38	88,54
Рагу овощное с печенью	150	200	12,3	3,3	12,6	192,6
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

### Полдник

Булка	85	100	6,3	7,3	35,7	232,5
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

### Ужин

Сырники	150	200	22,2	18,1	36,5	402,1
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	3,3	0,5	183,2	90,7