



Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова

Меню на « 16 » октября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Вермишель молочная	150	200	4,8	6,3	22,3	165,8
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

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Сок	150	150	0	0	16,8	16,8

Обед

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Суп рыбный	150	200	9,6	4,7	12,4	130,3
Рагу овощное с мясом	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

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Булка	85	100	6,3	7,3	35,7	232,5
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Запеканка творожно-вермишелевая со сладким подливом	150	200	22,2	18,1	36,5	402,1
Омлет	110	140	29,2	42,2	3,4	230,8
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	3,3	0,5	183,2	90,7