



Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова

Меню на « 18 » октября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша пшенная молочная	150	200	3,3	4,8	22,2	145,5
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 куриный с рубленым яйцом со сметаной	150	200	7,4	6,3	18,9	161,4
Зразы куриные, свекла тушеная	60/90	70/130	13,4	14,2	22,5	262,4
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
Кисель	150	200	0	0	19,3	77,2

Ужин

Яйцо вареное	40	40	6,3	5,3	0,6	60
Рожки	110	160	10,4	0,8	57,6	280,0
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	3,3	0,5	183,2	90,7