



Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова

Меню на « 08 » октября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша манная молочная	150	200	4,9	7,2	38,9	239,1
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

Щи на к/б со сметаной	150	200	6,1	5,9	15,4	146,7
Зразы куриные, картофельное пюре	60/90	70/130	9,8	9,8	5,3	148,0
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 с изюмом	85	100	6,3	7,3	35,7	232,5
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Запеканка творожно-рисовая со сладким подливом	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