

Утверждаю:
 ующая МДОУ №99
 Р.Ф. Захарова

Меню на « 02» сентября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша манная	150	200	4,9	7,2	38,9	239,1
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Батон с маслом	30/5	40/8	4,6	8,0	18,0	163,0

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	4,5	7,3	88,5
Гуляш, рис с маслом	60/90	70/130	23,9	12,3	37,9	380,0
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Печенье	30	30	1,5	2,0	14,9	83,4
Молоко	150	200	5,6	6,4	9,4	116,0

Ужин

Яйцо вареное	40	40	6,5	5,2	0,4	76,0
Гороховое пюре	110	160	11,2	4,0	23,4	174,0
Какао	150	200	3,2	2,6	17,5	106,9
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4