

Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова



Меню на « 04 » сентября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша геркулесовая молочная	150	200	6,4	4,5	24,5	200,1
Кофейный напиток	150	200	3,0	2,4	19,4	117,5
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

Рассольник на к/б со сметаной	150	200	5,4	6,4	14,6	142,0
Кнели, 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

Вафли	35	35	1,8	1,4	22,5	109,8
Молоко	150	200	5,6	6,4	9,4	116,0

Ужин

Рыба под омлетом	150	200	47,6	23,6	9,8	440,0
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4