

Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Захарова Р.Ф. Захарова



Меню на « 30 » августа 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша ячневая молочная	150	200	6,0	7,1	26,8	195,7
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

Салат овощной	40	60	1,9	9,5	11,9	137,4
Суп с фрикадельками со сметаной	150	200	5,6	6,7	11,0	126,8
Суфле куриное, рожки	60/90	70/130	16,5	13,8	32,2	247,1
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	2,7	14,2	91,0
Кисель	150	200	0	0	19,3	77,2

Ужин

Рыба тушеная с овощами	60	70	9,2	8,1	5,1	130,3
Гречка с маслом	90	130	6,1	5,6	27,7	185,7
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4