

Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова



Меню на « 02 » октября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Вермишель молочная	150	200	4,8	6,3	22,3	165,8
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

Сок	150	150	0	0	16,8	16,8

Обед

Рассольник на к/б со сметаной	150	200	5,4	6,4	14,6	142,9
Голубцы ленивые с курицей	150	200	13,4	12,9	16,2	236,0
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Вафли	30	30	1,8	2,7	14,2	91,0
Молоко	150	200	6,4	5,6	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	3,3	0,5	183,2	90,7