



Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф.Захарова

Меню на « 4 » июля 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	кслн	сад	белк н	жиры	углев	ккал
Каша гречневая молочная	150	200	6,8	7,7	24,6	195,1
Какао	150	200	3,2	2,6	17,5	106,9
Батон с маслом	30/5	40/8	2,6	6,0	18,0	136,0

2 Завтрак

яблоко	130	130	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
Плов с курицей	150	200	11,1	7,5	30,5	234,8
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	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	2,0	0,3	113,9	56,4