

Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова



Меню на « 04 » октября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша геркулесовая молочная	150	200	6,4	8,5	24,5	200,1
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

Яблоко	150	150	0,8	0,8	19,6	94,0

Обед

Суп картофельный на к/б со сметаной	150	200	2,8	2,2	13,2	200,0
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

Пряник	30	30	1,8	1,4	22,	109,8
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Пудинг рыбный	60	70	9,2	8,1	5,1	130,3
Гороховое пюре	90	130	11,2	4,0	23,4	117,0
Чай	150	200	0,1	0	12,9	51,8
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4