

Утверждаю
МДОУ №99
Р.Ф. Захарова

Меню на «11» марта 2025 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев .	ккал
Каша ячневая молочный	150	200	1,9	7,2	30,9	239,1
Кофейный напиток	150	200	3,0	2,4	9,4	111,5
Батон с маслом	30/5	40/8	2,6	6,0	18,0	163,0

2 Завтрак

Сок	150	150	0	0	16,8	61,6

Обед

Борщ на к/б со сметаной	150	200	6,1	5,9	15,4	146,7
Гуляш, рожки	60/90	70/130	25,9	12,5	37,9	385,0
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Булка	85	100	6,3	7,3	35,7	232,5
Молоко	150	200	5,6	6,4	9,4	116,0

УЖИН

Яйцо вареное	40	40	6,3	5,3	0,6	6,0
Гороховое пюре	110	160	11,2	0,8	23,4	174,0
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4