

Утверждаю:
 Заведующая МДОУ №99
 Р.Ф. Захарова



Меню на « 11 » сентября 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

Суп крестьянский на к/б со сметаной	150	200	4,9	4,57	7,38	88,54
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 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	3,3	0,5	183,2	90,7