

Утверждаю:  
Заведующая МДОУ №99  
*Р.Ф.Захарова*



**Меню на « 12 » июля 2024 года**

**1 Завтрак**

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша пшеничная молочная	150	200	3,3	4,8	22,2	145,5
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	136,5

**2 Завтрак**

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал

**Обед**

Суп рыбный	150	200	7,4	6,3	18,9	161,4
Котлета, свекла тушеная	60/90	70/130	10,6	11,3	10,4	185,5
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

**Полдник**

Яйно вареное	40	40	6,3	5,3	0,6	60,0
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6

**Ужин**

Овсянка с маслом	150	200	6,6	11,2	32,4	263,5
Чай с молоком	150	200	0,1	0,6	20,0	64,0