



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

Меню на « 18 » июня 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша манная молочная	150	200	4,9	7,2	38,9	239,1
Кофейный напиток	150	200	3,0	2,4	18,4	107,6
Батон с маслом	30/5	40/8	2,6	6,0	18,0	136,6

2 Завтрак

Яблоко	200	200	0,8	0,8	19,6	94,0

Обед

Щи на к/б со сметаной	150	200	6,1	5,9	15,4	146,7
Котлета, картофельное пюре	60/90	70/130	11,6	9,2	16,6	141,6
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Печенье	30	30	1,5	2,0	14,9	83,4
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Рыба под омлетом	150	200	47,6	23,6	9,8	440,0
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4