



Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова

Меню на « 19 » июля 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша рисовая молочная	150	200	5,0	6,3	27,3	187,3
Какао	150	200	3,2	2,6	17,5	106,0
Батон с маслом	30/5	40/8	2,6	6,0	18,0	136,6

2 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Сок	150	150	0	0	16,8	16,8

Обед

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Суп с клецками на к/б со сметаной	150	200	6,6	6,5	19,2	168,5
Капуста тушеная с курицей	150	200	13,2	14,0	15,8	233,0
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Печенье	30	30	1,5	2,0	14,9	83,4
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Омлет с сыром	150	200	29,2	42,2	3,4	50,0
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	3,3	0,5	183,6	91,0