

Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова



Меню на « 20 » сентября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша геркулесовая молочная	150	200	6,4	8,5	24,5	200,1
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

Яблоко	150	150	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
Кнели куриные, 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

Яйцо вареное	40	40	6,3	5,3	0,6	60
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Оладьи с маслом	150	200	6,6	11,2	32,4	263,5
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6