


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

## Меню на « 21 » августа 2024 года

### 1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша рисовая молочная	150	200	4,8	6,3	22,3	165,8
Кофейный напиток	150	200	3,0	2,4	18,4	117,6
Батон с маслом	30/5	40/8	4,6	8,0	18,0	163,0

### 2 Завтрак

Яблоко	150	150	0,8	0,8	19,6	94,0

### Обед

Борщ на к/б со сметаной	150	200	5,5	6,6	6,5	112,4
Котлета, картофельное пюре	60/90	70/130	11,6	9,2	17,6	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

Пряник	30	30	1,8	1,4	22,5	109,8
Молоко	150	200	5,6	6,4	9,4	116,0

### Ужин

Омлет	150	200	14,6	21,1	1,7	256,6
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4