



Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова

Меню на « 22 » июля 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша гречневая	150	200	6,8	7,7	24,6	195,1
Кофейный напиток	150	200	3,0	2,4	19,4	111,5
Батон с маслом	30/5	40/8	4,6	8,0	18,0	136,6

2 Завтрак

Сок	150	150	0	0	16,8	16,8

Обед

Щи на к/б со сметаной	150	200	6,1	5,9	15,4	146,7
Плов с курицей	150	200	11,1	7,5	30,5	234,8
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	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Запеканка творожно-рисовая	150	200	22,2	18,1	36,5	402,1
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4