



Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова

Меню на « 23 » июля 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
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

Сок	150	150	0	0	16,8	16,8

Обед

Суп куриный с рубленым яйцом со сметаной	150	200	7,4	6,3	18,9	161,4
Зразы куриные, овощи тушеные	60/90	70/130	13,4	14,2	22,5	262,4
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Булка	85	100	6,3	7,3	35,7	232,5
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Рыба тушеная с овощами	60	70	9,2	8,1	5,1	130,3
Гороховое пюре	90	130	11,2	4,0	23,4	174,0
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4