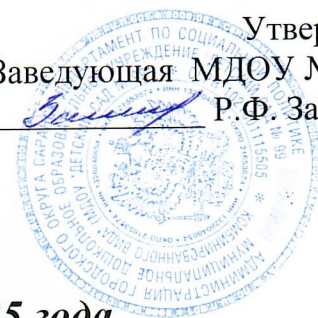


Утверждаю:  
Заведующая МДОУ №99  
 Р.Ф. Захарова



## Меню на « 24» января 2025 года

### 1 Завтрак

| Наименование блюда    | ясли | сад  | белк<br>и | жиры | углев | ккал  |
|-----------------------|------|------|-----------|------|-------|-------|
| Каша пшенная молочная | 150  | 200  | 4,78      | 6,3  | 22,3  | 165,8 |
| Кофейный напиток      | 150  | 200  | 3,0       | 2,4  | 19,4  | 117,5 |
| Батон с маслом        | 30/5 | 40/8 | 4,6       | 8,0  | 18,0  | 163,0 |

### 2 Завтрак

|     |     |     |   |   |      |      |
|-----|-----|-----|---|---|------|------|
| Сок | 150 | 150 | 0 | 0 | 16,8 | 61,6 |
|     |     |     |   |   |      |      |

### Обед

|                              |     |     |      |     |      |       |
|------------------------------|-----|-----|------|-----|------|-------|
| Суп лапша на к/б со сметаной | 150 | 200 | 5,6  | 5,9 | 17,9 | 148,8 |
| Рагу овощное с курицей       | 150 | 200 | 12,3 | 3,3 | 12,6 | 192,6 |
| Компот из сухофруктов        | 150 | 200 | 0    | 0   | 12,6 | 50,3  |
| Хлеб ржаной                  | 40  | 50  | 3,3  | 0,4 | 21,2 | 102,0 |

### Полдник

|         |     |     |     |     |      |      |
|---------|-----|-----|-----|-----|------|------|
| Печенье | 20  | 20  | 1,5 | 2,0 | 14,9 | 83,4 |
| Кисель  | 150 | 200 | 0   | 0   | 19,3 | 77,2 |

### Ужин

|                         |     |     |      |     |       |       |
|-------------------------|-----|-----|------|-----|-------|-------|
| Рыба с тушеными овощами | 60  | 70  | 9,5  | 4,8 | 3,9   | 96,0  |
| Гороховое пюре          | 90  | 130 | 11,2 | 0,8 | 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  |