

Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова



Меню на « 25 » сентября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Вермишель молочная	150	200	4,8	6,3	22,3	165,8
Кофейный напиток	150	200	3,0	2,4	19,4	111,5
Батон с маслом, сыр	30/5/7	40/8/10	4,6	8,0	18,0	163,6

2 Завтрак

Сок	150	150	0	0	16,8	16,8

Обед

Суп рыбный	150	200	9,6	4,7	12,4	130,0
Зразы куриные, свекла тушеная	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

Печенье	30	30	1,5	2,0	14,9	83,4
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Салат овощной	40	60	1,8	1,49	7,72	50,0
Омлет	110	140	29,2	42,2	3,4	230,8
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6
Хлеб пшеничный	30	40	3,3	0,5	183,2	90,7