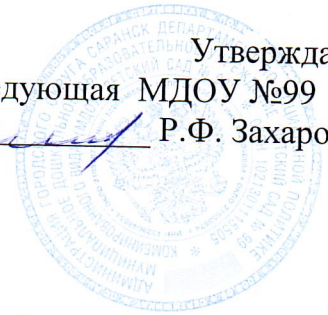


Утверждаю:  
Заведующая МДОУ №99  
*Захарова* Р.Ф. Захарова



## Меню на « 31» марта 2025 года

### 1 Завтрак

| Наименование блюда      | ясли | сад  | белк<br>и | жиры | углев | ккал  |
|-------------------------|------|------|-----------|------|-------|-------|
| Каша пшеничная молочная | 150  | 200  | 6,0       | 7,1  | 26,8  | 195,7 |
| Чай                     | 150  | 200  | 0,1       | 0    | 14,9  | 59,6  |
| 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

|                              |       |        |      |      |      |       |
|------------------------------|-------|--------|------|------|------|-------|
| Суп лапша на к/б со сметаной | 150   | 200    | 5,5  | 6,6  | 6,5  | 112,4 |
| Гуляш, гречка                | 60/90 | 70/130 | 16,3 | 13,8 | 32,2 | 247,1 |
| 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 | 40  | 40  | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| Молоко | 150 | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4  | 116,0 |

### Ужин

|                   |     |     |     |     |       |       |
|-------------------|-----|-----|-----|-----|-------|-------|
| Огурец соленый    | 30  | 30  | 1,0 | 0,2 | 2,6   | 20,0  |
| Картофельное пюре | 120 | 170 | 2,1 | 0,8 | 14,7  | 150,0 |
| Кофейный напиток  | 150 | 200 | 3,0 | 2,4 | 19,4  | 117,5 |
| Хлеб пшеничный    | 30  | 40  | 2,0 | 0,3 | 113,9 | 56,4  |