

Утверждаю:
Заведующая МДОУ №99
Р.Ф. Захарова



Меню на 02» декабря 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша манная	150	200	4,9	7,2	38,9	239,1
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 рыбный	150	200	5,5	6,6	6,5	112,4
Гуляш, гречка	60/90	70/130	23,9	12,3	37,9	380,0
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	5,6	6,4	9,4	116,0

Ужин

Омлет	150	200	29,2	42,2	3,4	230,8
Салат овощной	40	60	1,9	9,5	11,9	137,4
Какао	150	200	3,2	2,6	17,5	106,9
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4