



Утверждаю:
И. о заведующей МДОУ №99
Л.С. Яшонкова

Меню на « 07 » ноября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Лапша молочная	150	200	4,8	6,3	22,3	165,8
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

Яблоко	150	150	0,8	0,8	19,6	94,0

Обед

Салат овощной	40	60	1,7	1,49	7,72	50,0
Свекольник на к/б со сметаной	150	200	5,5	6,6	6,5	112,4
Зразы куриные, картофельное пюре	60/90	70/130	9,8	9,8	5,3	148,0
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	20	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Запеканка творожно-рисовая со сладким подливом	150	200	22,2	18,1	36,5	402,1
Чай	150	200	0,1	0	12,9	51,8
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4