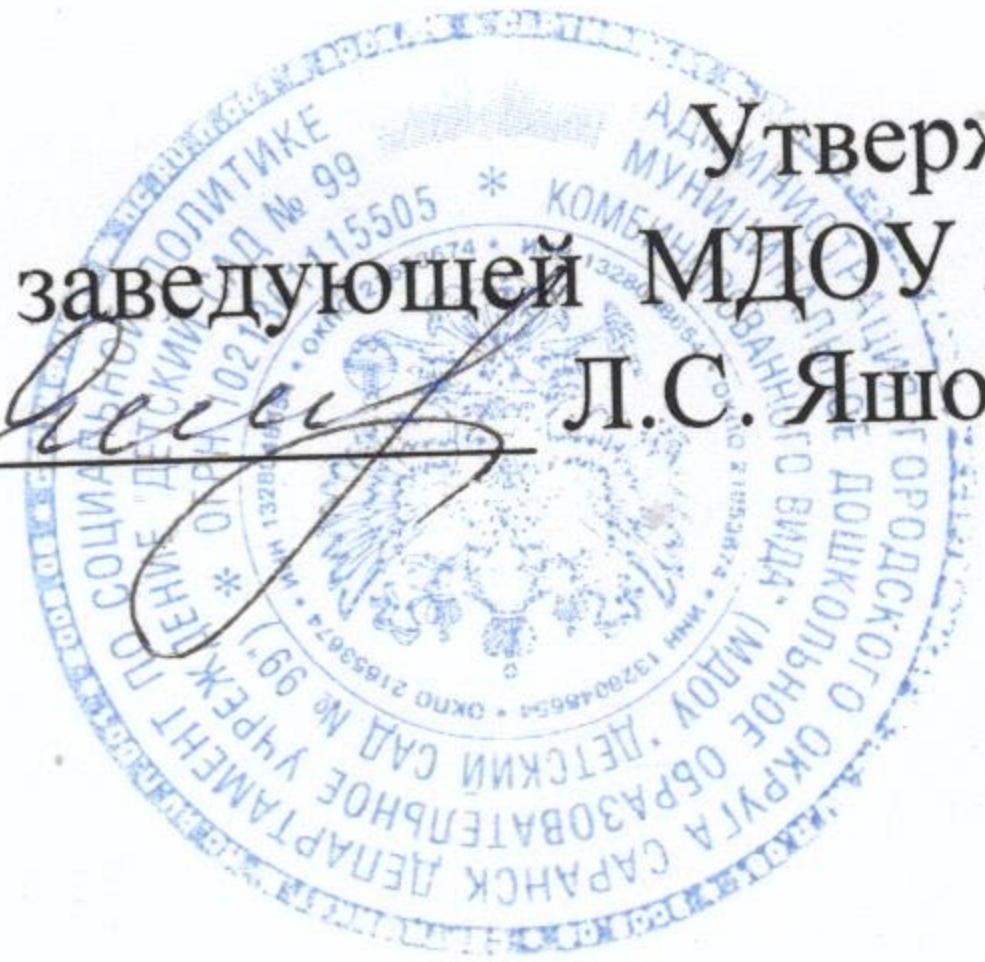


Утверждаю:
И. о. заведующей МДОУ №99
Л.С. Яшонкова



Меню на « 11 » ноября 2024 года

1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша ячневая 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	2,6	6,0	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
Гуляш, рис с маслом	60/90	70/130	13,4	12,9	16,2	236,0
Компот из сухофруктов	150	200	0	0	12,6	50,3
Хлеб ржаной	40	50	3,3	0,4	21,2	102,0

Полдник

Вафли	30	30	6,3	7,3	35,7	132,5
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

Ужин

Омлет с сыром	110	140	29,2	42,2	3,4	230,8
Какао	150	200	3,2	2,6	17,5	106,0
Хлеб пшеничный	30	40	3,3	0,5	183,2	90,7