



Утверждаю:  
Заведующая МДОУ №99  
Р.Ф. Захарова

## Меню на « 29 » 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
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

Борщ на к/б со сметаной	150	200	5,5	6,6	6,5	112,4
Гуляш, рожки	60/90	70/130	16,5	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

Яйцо вареное	40	40	6,3	5,3	0,6	60
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4
Молоко	150	200	6,4	5,6	9,4	116,0

### Ужин

Оладьи с маслом	150	200	6,6	11,2	32,4	263,5
Чай	150	200	0,1	0	14,9	59,6