



Утверждаю:  
Заведующая МДОУ №99  
Р.Ф.Захарова

### Меню на « 8 » июля 2024 года

#### 1 Завтрак

Наименование блюда	ясли	сад	белк и	жиры	углев	ккал
Каша манная молочная	150	200	4,9	7,2	38,9	239,1
Чай	150	200	0,1	0	12,9	51,8
Батон с маслом	30/5	40/8	4,6	8,0	18,0	136,5

#### 2 Завтрак

яблоко	130	130	0,8	0,8	19,6	94,0

#### Обед

Щи на к/б со сметаной	150	200	6,1	5,9	15,4	146,7
Гуляш с гречкой	60/90	70/130	10,4	8,2	4,5	132,4
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	6,4	5,6	9,4	116,0

#### Ужин

Пудинг творожный	150	200	22,2	18,1	36,5	402,1
Какао	150	200	3,2	2,6	17,5	106,9
Хлеб пшеничный	30	40	2,0	0,3	113,9	56,4