

УТВЕРЖДАЮ  
И.о.заведующего МБДОУ в/с №26  
Е.А.Кононенко



# М Е Н Ю

«03» Марта 2022 г.

## ЗАВТРАК

- |                               |                     |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. Каша пшен.молоч.жид.       | 200 (224,9 ккал)    |
| 2. Чай ссахаром               | 180 (98,4 ккал)     |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10 (133,4ккал) |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |          |                |
|----------|----------------|
| 1.Бананы | 124 (119 ккал) |
| 2.Яблоки | 100(47 ккал)   |

## ОБЕД

- |                             |                      |
|-----------------------------|----------------------|
| 1.Овощи соленые(огурец)     | 55 (43,6 ккал)       |
| 2.Суп картоф.с рисом на м/б | 200 (112,5ккал)      |
| 3.Котлета рубленая          | 60 (150,6ккал)       |
| 4.Картоф.пюре с кап.туш.    | 140 (131ккал)        |
| 5.Кисель витаминизированный | 180 (63,8 ккал)      |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной   | 30/37(76,2/93,2ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                                |                |
|--------------------------------|----------------|
| 1. Запеканка вермиш.с творогом | 100(309 ккал)  |
| 2.Соус сметан.сладкий          | 30(40,1 ккал)  |
| 3.Ряженка                      | 180(91,8 ккал) |