

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего МБДОУ д/с № 26

Е.А.Кононенко



М Е Н Ю

«16» Марта 2022 г.

ЗАВТРАК

1. Капуста тушеная	120 (10,74 ккал)
2. Чай с сахаром	180 (98,3 ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5 (133,4 ккал)
4. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Бананы	180 (164,2 ккал)
-----------	------------------

ОБЕД

1. Свекольная икра	60 (60 ккал)
2. Борщ со свеж. кап. с мясом и со смет.	200 (93,6 ккал)
3. Пудинг рыбный запечен.	70 (114,1 ккал)
4. Картофельное пюре	100 (115,6 ккал)
5. Сок	178 (80,1 ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	30/23 (82,3/47,9 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Каша рисовая молочная	200 (131,8 ккал)
2. Кофейный напиток с молоком	180 (133 ккал)
3. Печенье	30 (52 ккал)