

Утверждаю

И.о.заведующий МБДОУ д/с №26

Кононенко Е.А.



М Е Н Ю

«21» Марта 2022 г.

ЗАВТРАК

1.Плов из риса сладкий	80 (152,7 ккал)
2.Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5 (133.4ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1.Сок	179 (78,8 ккал)
-------	-----------------

ОБЕД:

1.Свекольная икра	60 (60 ккал)
2.Суп картоф. с макаронными изд.	200 (83,8 ккал)
3.Ленивый голубец	120 (164,0ккал)
4.Компот из смеси сухофруктов	186 (78,8 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	40/17,5 (96,8/45,3ккал)

ПОЛДНИК:

1.Рыба тушеная в томате с овощами	130 (253,9 ккал)
2.Картофельное пюре	100 (115,6 ккал)
3. Какао с молоком	180 (167,4ккал)
4.Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)