

Утверждаю

Заведующий МБДОУ ДС №26

О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«29» Марта 2022г.

ЗАВТРАК

- | | |
|------------------------------------|--------------------|
| 1. Запеканка с творогом с морковью | 120(213 ккал) |
| 2. Соус молочный сладкий | 30 (35,3ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10(133,4ккал) |
| 4. Чай с молоком | 180(98,3ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|------------|-------------------|
| 1. Ряженка | 198,6(101,2 ккал) |
|------------|-------------------|

ОБЕД:

- | | |
|---------------------------------------|-----------------------|
| 1. Овощи соленые(помидор) | 54 (39,9 ккал) |
| 2. Суп рыбный | 200(105,4ккал) |
| 3. Биточек | 60 (150,6 ккал) |
| 4. Гороховое пюре с пассирован. луком | 100(143,4ккал) |
| 5. Кисель из смест сухофруктов | 180(127,9,5 ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 33/27(79,9/77,7 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|----------------------------|------------------|
| 1. Ватрушка из дрож. теста | 100 (288,6 ккал) |
| 2. Молоко кипяченое | 180(95,4ккал) |