

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №26
Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«21» Апреля 2022 г.

ЗАВТРАК

1. Омлет натуральный	60 (86,3 ккал)
2. Капуста тушеная	50 (47,9 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180(133ккал)
4. Бутерброд с маслом	20/5(133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Йогурт	192,4 (150 ккал)
-----------	------------------

ОБЕД:

1. Овощи соленые(огурец)	52,4(36,2 ккал)
2. Суп картоф.с клецками, с м/п	200(343,8 ккал)
3. Тефтели мясо крупян.	80(143,4 ккал)
4. Каша пшеничная рассып.с маслом	80(122,6 ккал)
5. Сок	187(84,2 ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	43/20 (100/51,8 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Ленивые вареники отвар.	100(247,2ккал)
2. Чай с сахаром	180(44,4 ккал)