

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«18» Мая 2022 г.

## ЗАВТРАК

- |  |                    |
|--|--------------------|
| 1. Котлеты рыбные с кап.и мор.запечен. | 80 (145 ккал)      |
| 2. Чай с сахаром                       | 180 (44,3ккал)     |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром          | 20/5/10(113,4ккал) |
| 4. Хлеб ржан.                          | 20 (25,6 ккал)     |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |          |               |
|----------|---------------|
| 1.Яблоки | 100 (47 ккал) |
|----------|---------------|

## ОБЕД:

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| 1. Капуста квашеная       | 75,8 (44 ккал)         |
| 2. Суп картоф.с горохом   | 200(106,6ккал)         |
| 3.Плов с курицей          | 100 (251,3ккал)        |
| 4. Компот из смеси с/ф    | 180 (96,6ккал)         |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной | 37,3/20(90,3/25,6ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                          |                  |
|--------------------------|------------------|
| 1.Ватрушка из дрож.теста | 80 (288,6 ккал)  |
| 2.Ряженка                | 166,5(84,9 ккал) |