

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 26

О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«08» Июня 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|-----------------------|
| 1. Омлет натуральный | 60 (86,3ккал) |
| 2. Икра кабачковая | 68,3 (61,9 ккал) |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 180 (133 ккал) |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,6 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД

- | | |
|---------------------------------------|-----------------------|
| 1.Редиска | 65 (13 ккал) |
| 2.Борщ со свеж.кап.с мясом и со смет. | 200 (93,6 ккал) |
| 3.Пудинг рыбный запечен. | 70 (114,1ккал) |
| 4.Картофельное пюре | 100 (115,6ккал) |
| 5. Сок | 182 (80,1 ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 31/19 (72,6/45,3ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------|------------------|
| 1. Каша рисовая молочная | 200 (131,8 ккал) |
| 2. Чай с сахаром | 180(98,3 ккал) |
| 3. Вафли | 35 (52 ккал) |