

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«21» Июня 2022г.

## ЗАВТРАК

- |                                    |                 |
|------------------------------------|-----------------|
| 1. Запеканка из творога с морковью | 120(213 ккал)   |
| 2. Соус молочный сладкий           | 30 ( 35,3ккал)  |
| 3. Бутерброд с маслом              | 20/5(133,4ккал) |
| 4. Чай с сахаром                   | 180(98,3ккал)   |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |            |                |
|------------|----------------|
| 1. Ряженка | 156(79,6 ккал) |
|------------|----------------|

## ОБЕД:

- |                                       |                       |
|---------------------------------------|-----------------------|
| 1. Овощи свежие (редис)               | 55(11 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 смеси сухофруктов        | 180(127 ккал)         |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной             | 30/27(72,6/75,1 ккал) |

## ПОЛДНИК:

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