

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №26

Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«30» Июня 2022 г.

## ЗАВТРАК

- |                               |                       |
|-------------------------------|-----------------------|
| 1. Каша пшен.молоч.жид.       | 200 (224,9 ккал)      |
| 2.Кофейный напиток с молоком  | 180(133ккал)          |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10,5(133,4 ккал) |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |          |                  |
|----------|------------------|
| 1.Йогурт | 174 (125,2 ккал) |
|----------|------------------|

## ОБЕД:

- |                                     |                |
|-------------------------------------|----------------|
| 2.Щи из всеж.капус.с мясом со смет. | 200(94,4 ккал) |
| 3.Шницель натуральн.руб.из говядин  | 70(150,4 ккал) |
| 4. Каша гречневая рассып.с маслом   | 70(158,2 ккал) |
| 5.Кисель из смеси сухофруктов       | 180(128 ккал)  |
| 6. Хлеб ржаной                      | 41 (106,2ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                            |                |
|----------------------------|----------------|
| 1. Ленивые вареники отвар. | 100(247,2ккал) |
| 2. Чай с сахаром           | 180(44,4 ккал) |
| 3.Яблоки                   | 100 (47 ккал)  |