

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 26

О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«06» Июля 2022 г.

ЗАВТРАК

1. Омлет натуральный	60 (86,3 ккал)
2. Икра кабачковая	68,6 (61,9 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180 (133 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9,7 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД

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

ПОЛДНИК:

1. Каша рисовая молочная	200 (131,8 ккал)
2. Чай с молоком	180 (98,3 ккал)