

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №26
О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«07» Июля 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1. Каша пшен.молоч.жид. | 200 (224,9 ккал) |
| 2. Чай с молоком | 180 (98,4 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,9 (133,4ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|-------|----------------|
| 1.Сок | 190(85,5 ккал) |
|-------|----------------|

ОБЕД

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1.Овощи свежие (огурец) | 71 (10,7 ккал) |
| 2.Суп картоф.с рисом на м/б | 200 (112,5ккал) |
| 3.Котлета рубленая | 60 (150,6ккал) |
| 5.Картоф. пюре с капуст.тушен | 140(131ккал) |
| 6.Кисель из смеси с/ф | 180 (127,9 ккал) |
| 7. Хлеб пшеничный, ржаной | 30/38(72,6/98,4ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------------|----------------|
| 1. Запеканка вермиш.с творогом | 100(309 ккал) |
| 2.Соус сметан.сладкий | 30(40,1 ккал) |
| 3.Ряженка | 180(91,8 ккал) |