

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«08» Июля 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-----------------------------------|-------------------|
| 1. Каша манная с молоком и маслом | 200 (222,02 ккал) |
| 2. Бутерброд с маслом | 20/5 (133,4 ккал) |
| 3. Чай с молоком | 180 (98,4 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|------------|---------------|
| 1. Ряженка | 159 (81 ккал) |
| 2. Яблоки | 100 (47 ккал) |

ОБЕД:

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| 1. Овощи свежие (помидор) | 71,4 (9,9 ккал) |
| 2. Свекольник со сметаной | 200 (92 ккал) |
| 3. Жаркое по домашнему | 120 (243,7 ккал) |
| 4. Компот из смеси сухофруктов | 180 (100,2 ккал) |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной | 44/38,5 (96,8/41,3 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|-------------------------------|-------------------|
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180 (133,05 ккал) |
| 3. Вафли | 40 (52 ккал) |