

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«12» Июля 2022 г.

## ЗАВТРАК

1. Каша овсян. молочн. жид.	200(216,4ккал)
2. Кофейный напиток с молоком	180(133,1ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5(113,41ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

1. Кефир	186,4 (91,9 ккал)
2. Вафли	45 (143 ккал)

## ОБЕД:

1. Овощи свежие (огурец)	73 (11 ккал)
2. Щи из св.кап., с мясом со смет.	200(94,4ккал)
3. Шницель рубл.нат.из говядины	60 (150,6 ккал)
4. Каша гречн. рассыпчатая	70(158,3ккал)
5. Кисель из смеси сухофруктов	180(127,9 ккал)
6. Хлеб пшен., ржан.	30/40 (72,6/103,6ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Запеканка творожная	80(235,7ккал)
2. Сметанный сладкий соус	30(40,1ккал)
3. Чай с молоком	180(98,4ккал)