

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«13» Июля 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1. Макароны отварные сладкие | 90 (112,3 ккал) |
| 2. Чай с молоком | 180 (44,3ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10,5(113,4ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД:

- | | |
|-------------------------------|------------------------|
| 1. Суп картоф.с горохом | 200(106,6ккал) |
| 2.Тефтели мясо крупяные | 80 (143,4ккал) |
| 3.Картофельно- морковное пюре | 100 (101 ккал) |
| 4.Компот из смеси с/ф | 180 (96,6ккал) |
| 5. Хлеб пшен., ржан. | 36,6/36(88,6/93,2ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------|------------------|
| 1.Ватрушка из дрож.теста | 80 (101 ккал) |
| 2.Ряженка | 184,6(94,1 ккал) |