

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина

М Е Н Ю

«14» Июля 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|-------------------|
| 1. Каша пшен.молочная | 200 (86,3 ккал) |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180(133ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом | 20/5 (133,4 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|-----------|-----------------|
| 1. Йогурт | 179(139,6 ккал) |
|-----------|-----------------|

ОБЕД:

- | | |
|-----------------------------------|------------------------|
| 1.Огурцы свежие | 77,5(11,6ккал) |
| 2.Суп картоф.с клецками, с м/п | 200(343,8 ккал) |
| 3. Курица отварная | 60(185,2 ккал) |
| 4. Каша пшеничная рассып.с маслом | 80(122,6 ккал) |
| 5.Компот из смеси с/ф | 180(75,2ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 32/37,5(91,6/30,5ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------------|-----------------|
| 1. Запеканка вермиш.с творогом | 100 (247,2ккал) |
| 2. Соус сметан.сладкий | 30 (65,3 ккал) |
| 3. Чай с сахаром | 180 (95,4ккал) |