

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«15» Июля 2022 г.

## ЗАВТРАК

1. Суфле из печени	60/50(198,2 ккал)
2. Макароны отварные	90 (112,3 ккал)
3. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9,7(133,4 ккал)
4. Чай с молоком	180(44,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Ряженка	187,5 (47 ккал)
------------	-----------------

## ОБЕД:

1. Овощи свежие (огурец)	85 (12,8 ккал)
2. Суп крестьянский	200 (92,1 ккал)
3. Плов с курицей	100 (251,3 ккал)
4. Компот из смеси с/ф	180 (100,2 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	38/20,5(92/53,1 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Каша манная с молоком и маслом	200 (222,2 ккал)
2. Какао с сахаром	180 (167,4 ккал)