

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 26

Ермошина СВ



М Е Н Ю

«18» Июля 2022г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 1. Икра кабачковая. | 67,2 (61,2 ккал) |
| 2. Яйцо вареное | 1 шт. (63 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом | 20/5 (133,4 ккал) |
| 4. Чай с сахаром | 180 (98,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржаной | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД

- | | |
|--|--------------------------|
| 1. Овощи свежие (помидор) | 69 (9,6 ккал) |
| 2. Суп картофель.с рисом на м/б со смет. | 200 (112,5 ккал) |
| 3. Фрикадельки мясные | 70 (131,6 ккал) |
| 4. Капуста тушеная | 120 (10,74 ккал) |
| 5. Компот из смеси сухофруктов | 180 (96,7 ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 31/16,5 (72,6/49,2 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------------|----------------|
| 1. Суп молочный с макар.издел. | 200 (187 ккал) |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180 (133 ккал) |
| 3. Печенье | 30 (52 ккал) |