

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ д/с № 26  
О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«20» Июля 2022 г.

## ЗАВТРАК

1. Омлет натуральный	60 (86,3 ккал)
2. Икра кабачковая	65,8 (59,9 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180 (133 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9,2 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

## ОБЕД

1. Свекольная икра	60 (60 ккал)
2. Борщ со свеж. кап. с мясом и со смет.	200 (93,6 ккал)
3. Пудинг рыбный запечен.	70 (114,1 ккал)
4. Картофельное пюре	100 (115,6 ккал)
5. Сок	161 (72,5 ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	30/17 (72,6/44 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Каша рисовая молочная	200 (131,8 ккал)
2. Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
3. Печенье	30 (52 ккал)