

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



М Е Н Ю

«29» 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 | 20/5/10,7(133,4 ккал) |
| 4. Чай с сахаром | 180(44,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. Ряженка | 192 (97,9 ккал) |
| 2. Йогурт | 185,7(144,8 ккал) |
| 3. Молоко кипячен. | 180 (95,4 ккал) |

ОБЕД:

- | | |
|------------------------------|---------------------|
| 1. Суп крестьянский со смет. | 200 (92,1 ккал) |
| 2. Плов с курицей | 100 (251,3 ккал) |
| 3. Компот из смеси с/ф | 180 (100,2 ккал) |
| 4. Хлеб пшеничный, ржаной | 36/20(92/53,1 ккал) |

ПОЛДНИК:

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