



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина

М Е Н Ю

«10» Августа 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|---|-----------------|
| 1. Рыбные котлеты с морк.и кап.запечен. | 80(145 ккал) |
| 2. Чай с молоком и сахаром | 180 (44,3ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом | 20/5(113,4ккал) |
| 4.Хлеб ржан. | 20 (35,6 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|-------|-----------------|
| 1.Сок | 168 (90,8 ккал) |
|-------|-----------------|

ОБЕД:

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| 1.Овощи свежие | 70 (32,2 ккал) |
| 2. Суп картоф.с бобовыми | 200(106,6ккал) |
| 3. Тефтели мясо - крупяные | 80 (143,4ккал) |
| 4.Картофельное пюре | 100 (115,6ккал) |
| 5. Компот из смеси с/ф | 180 (96,6ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 38/18,6(101/32,1ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|-----------|-----------------|
| 1.Вафли | 40(125,1 ккал) |
| 2.Ряженка | 169(105,8 ккал) |