

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №26

С.В.Ермошина
С.В.Ермошина

М Е Н Ю

«11» августа 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. Омлет натуральный | 60 (86,3 ккал) |
| 2. Капуста тушеная | 50 (47,9 ккал) |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 180(133ккал) |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (35,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|----------|---------------|
| 1.Йогурт | 168(142 ккал) |
|----------|---------------|

ОБЕД:

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------|
| 1.Огурцы свежие | 70(51,1ккал) |
| 2.Суп картоф.с клецками, на м/б | 200(343,8 ккал) |
| 3. Котлета рубленая | 60 (150,6ккал) |
| 4. Каша пшеничная рассып.с маслом | 80(122,6 ккал) |
| 5. Сок | 180 (100,8 ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 25/18(57,25/30,5ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|----------------------------|-----------------|
| 1. Ленивые вареники отвар. | 100 (247,2ккал) |
| 2. Чай с молоком | 180 (95,4ккал) |