



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

# МЕНЮ

«22» Августа 2022 г.

## ЗАВТРАК

1. Яйцо вареное	1 шт. (112,3 ккал)
2. Икра кабачковая	72 (61 ккал)
3. Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/5 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржаной	20 (15 ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Яблоки	100 (90,8 ккал)
-----------	-----------------

## ОБЕД:

1. Свекольная икра	60 (60 ккал)
2. Суп картоф. с мак. изделиями	200 (83,8 ккал)
3. Ленивые голубцы	120 (164,0 ккал)
4. Сок	173,5 (96,6 ккал)
5. Хлеб пшеничный и ржаной	20/17,8 (30,4 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Рыба тушеная в томате с овощами	130 (253,9 ккал)
2. Картофельное пюре	100 (115,6 ккал)
3. Какао с молоком	180 (167,4 ккал)
4. Хлеб ржаной	19,2 (47 ккал)