

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«08» Сентября 2022 г.

## ЗАВТРАК

- |  |                  |
|--|------------------|
| 1. Котлеты рыбные с кап.и мор.запечен. | 80 (145 ккал)    |
| 2. Чай с сахаром                       | 180 (44,3ккал)   |
| 3. Бутерброд с маслом                  | 20/5(133,4 ккал) |
| 4. Хлеб ржан.                          | 15 (51,8 ккал)   |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |           |                    |
|-----------|--------------------|
| 1.Ряженка | 190,5 (125,2 ккал) |
|-----------|--------------------|

## ОБЕД:

- |                                   |                       |
|-----------------------------------|-----------------------|
| 1.Суп картоф.с горохом            | 200(343,8 ккал)       |
| 2.Курица отварная                 | 60(143,4 ккал)        |
| 3. Каша пшеничная рассып.с маслом | 80(122,6 ккал)        |
| 4. Сок                            | 175(76,9 ккал)        |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной         | 40/18 (100/51,8 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                               |                  |
|-------------------------------|------------------|
| 1. Каша пшен.молоч.жид.       | 200 (224,9 ккал) |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180(133,1ккал)   |