

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



# М Е Н Ю

«16» Сентября 2022 г.

## ЗАВТРАК

|                                |                    |
|--------------------------------|--------------------|
| 1.Овощи свежие(огурец)         | 60 (9 ккал)        |
| 2.Суфле из печени в смет.соусе | 60/50 (198,2 ккал) |
| 3. Макароны отварные           | 80 (112,3 ккал)    |
| 4.Бутерброд с маслом           | 20/5 (133,4 ккал)  |
| 5.Чай с сахаром                | 180 (98,4 ккал)    |
| 6.Хлеб ржан.                   | 20 (51,8 ккал)     |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

|          |               |
|----------|---------------|
| 1.Яблоки | 100 (47 ккал) |
|----------|---------------|

## ОБЕД:

|                                |                     |
|--------------------------------|---------------------|
| 1. Овощи свежие (помидор)      | 60 (8,4 ккал)       |
| 2. Свекольник со сметаной      | 200 (92 ккал)       |
| 3.Жаркое по домашнему          | 120 (243,7 ккал)    |
| 4. Компот из смеси сухофруктов | 180(100,2ккал)      |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной      | 41/17(99,2/46 ккал) |

## ПОЛДНИК:

|                                   |                   |
|-----------------------------------|-------------------|
| 1. Каша манная с молоком и маслом | 200 (222,02 ккал) |
| 2. Кофейный напиток с молоком     | 180 (133,05 ккал) |
| 3. Вафли                          | 50 (52 ккал)      |