

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«30» Сентября 2022 г.

## ЗАВТРАК

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

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

## ОБЕД:

1. Овощи свежие (помидор)	74,4(10,4 ккал)
2. Свекольник со сметаной	200 (92 ккал)
3. Курица отварная	60 (150,6 ккал)
4. Каша пшеничная рассыпчатая	80( 122,6 ккал)
5. Компот из смеси сухофруктов	180(100,2ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	42/21(104/46,6ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Каша манная с молоком и маслом	200 (222,02 ккал)
2. Кофейный напиток с молоком	180 (133,05 ккал)