



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

# М Е Н Ю

«04» Октября 2022 г.

## ЗАВТРАК

1.Каша овсян. молочн. жид.	200(216,4ккал)
2.Кофейный напиток с молоком	180(133,1ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5(113,41ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРА

1.Кефир	190(97,2 ккал)
2.Печенье	30 (125,1ккал)

## ОБЕД:

1.Овощи свежие огурец	71( 9,9 ккал)
1.Щи из св. капусты, с мясом, со смет.	200(94,4ккал)
2.Шницель натур., руб. из говядины	70(150,6ккал)
3. Каша гречневая рассыпчатая	70(158,3ккал)
4. Кисель из смеси сухофруктов	180(128ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	30/33(72,9/62,8 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Запеканка творожная	80(235,7ккал)
2.Сметанный сладкий соус	30(40,1ккал)
3.Чай с молоком	180(98,4ккал)