

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В. Ермошина



МЕНЮ

«05» Октября 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|---|-------------------|
| 1. Котлет рыбные с капуст.и морк.запечен. | 80 (145 ккал) |
| 2. Чай с сахаром | 180(44,4ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом | 20/5 (133,4 ккал) |
| 4. Хлеб ржан. | 20 (35,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД:

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| 1. Суп картоф.с бобовыми | 200(106,6ккал) |
| 2. Тефтели мясо - крупяные | 80 (143,4ккал) |
| 3.Картоф.-морковн. пюре | 100 (101ккал) |
| 4. Компот из смеси с/ф | 180 (96,6ккал) |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной | 40/19(101/32,1ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|-----------|-------------------|
| 1.Печенье | 30(52 ккал) |
| 2.Ряженка | 195,5(105,8 ккал) |