

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«01» Ноября 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 ЗАВТРАК

- | | |
|------------|-----------------|
| 1. Кефир | 167 (84,3 ккал) |
| 2. Печенье | 30 (52 ккал) |

ОБЕД:

- | | |
|------------------------------------|------------------------|
| 1. Овощи соленые (помидор) | 67 (49,5 ккал) |
| 2. Щи из св.кап., с мясом со смет. | 200(94,4ккал) |
| 3. Шницель рубл.нат.из говядины | 60 (150,6 ккал) |
| 4. Каша гречн. рассыпчатая | 70(158,3ккал) |
| 5. Кисель из смеси сухофруктов | 180(127,9 ккал) |
| 6. Хлеб пшен., ржан. | 31/38 (72,6/103,6ккал) |

ПОЛДНИК:

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