

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



М Е Н Ю

«10» Октября 2022г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1. Икра кабачковая | 72,3 (65,7 ккал) |
| 2. Яйца вареные | 1 шт. (63 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10 (133,4 ккал) |
| 4. Чай с сахаром | 180 (44,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|--------|---------------|
| 1. Сок | 180 (81 ккал) |
|--------|---------------|

ОБЕД

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| 1. Суп картоф.с рисом на м/б | 200 (112,5 ккал) |
| 2. Фрикадельки мясные | 70 (131,6 ккал) |
| 3. Капуста тушеная | 120 (10,7 ккал) |
| 4. Компот из смеси сухофруктов | 180 (96,7 ккал) |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной | 30/16 (72,6/41,4 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------------------|----------------|
| 1. Суп молочный с макаронными издел. | 200 (187 ккал) |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180 (133 ккал) |
| 3. Печенье | 30 (52 ккал) |