

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«14» Октября 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 сахаром                 | 180 (44,4 ккал)    |
| 5. Хлеб ржан.                    | 20 (51,8 ккал)     |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |        |                 |
|--------|-----------------|
| 1. Сок | 181 (81,5 ккал) |
|--------|-----------------|

## ОБЕД:

- |                                |                         |
|--------------------------------|-------------------------|
| 1. Свекольник со сметаной      | 200 (92 ккал)           |
| 2. Жаркое по домашнему         | 120 (243,7 ккал)        |
| 3. Компот из смеси сухофруктов | 180 (100,2 ккал)        |
| 4. Хлеб пшеничный, ржаной      | 41/20,5 (104/46,6 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                               |                   |
|-------------------------------|-------------------|
| 1. Печенье                    | 30 (52 ккал)      |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180 (133,05 ккал) |