

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.

М Е Н Ю



«19» Октября 2022 г.

ЗАВТРАК

1. Котлеты рыбные с кап.и мор.запечен.	80 (145 ккал)
2. Чай с сахаром	180 (44,3ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5(113,4ккал)
4. Хлеб ржан.	20 (25,6 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1.Ряженка

167 (85,2 ккал)

ОБЕД:

1. Суп картоф.с горохом	200(106,6ккал)
2.Тефтели мясо крупяные	80 (143,4ккал)
3.Картофельное пюре	120 (101,1 ккал)
4.Компот из смеси с/ф	180 (96,6ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	41/17,6(100,4/25,6ккал)

ПОЛДНИК:

1.Вафли

50 (54 ккал)

2.Кофейный напиток с молоком

180(133,1 ккал)