

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



# М Е Н Ю

«21» Октября 2022 г.

## ЗАВТРАК

1. Суфле из печени	60/50 (198,2 ккал)
2. Макароны отварные	90 (112,3 ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5 (133,4 ккал)
4. Чай с молоком	180 (94,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Вафли	50 (57 ккал)
2. Кисель витаминизированный	180 (43 ккал)

## ОБЕД:

1. Суп картоф. с макар. изд	200 (92,1 ккал)
2. Плов с курицей	100 (251,3 ккал)
3. Компот из смеси с/ф	180 (100,2 ккал)
4. Хлеб пшеничный, ржаной	38/18 (92/53,1 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Каша манная с молоком и маслом	200 (222,2 ккал)
2. Какао с молоком	180 (167,4 ккал)