

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«10» Ноября 2022 г.

## ЗАВТРАК

- |                         |                  |
|-------------------------|------------------|
| 1. Каша пшен.молоч.жид. | 200 (224,9 ккал) |
| 2. Чай с сахаром        | 180 (98,4 ккал)  |
| 3. Бутерброд с маслом   | 20/5 (133,4ккал) |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |       |                |
|-------|----------------|
| 1.Сок | 172(77,4 ккал) |
|-------|----------------|

## ОБЕД

- |                                |                      |
|--------------------------------|----------------------|
| 1. Овощи соленые (огурец)      | 64,7(10,5 ккал)      |
| 2.Суп картоф.с рисом на м/б    | 200 (112,5ккал)      |
| 3.Котлета рубленая             | 60 (150,6ккал)       |
| 4.Картоф. пюре с капуст.тушен. | 140(131ккал)         |
| 5.Кисель витаминизированный    | 180 (127,9 ккал)     |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной      | 30/37(72,6/97,4ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                                |                |
|--------------------------------|----------------|
| 1. Запеканка вермиш.с творогом | 100(309 ккал)  |
| 2.Соус сметан.сладкий          | 30(40,1 ккал)  |
| 3.Ряженка                      | 181(89,7 ккал) |