

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«19» Декабря 2022г.

ЗАВТРАК

1. Икра кабачковая	67,3 (59,2 ккал)
2. Яйца вареные	1 шт.(63 ккал)
3. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9,8 (133,4 ккал)
4. Чай с сахаром	180 (44,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Яблоки	100 (47 ккал)
-----------	---------------

ОБЕД

1. Рассольник на м/б со смет.	200 (112,5 ккал)
2. Фрикадельки мясные	70 (131,6 ккал)
3. Каша гречн. рассыпчатая	70(158,3ккал)
4. Компот из смеси сухофруктов	180 (96,7 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	30/18,5 (72,6/41,4 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Суп молочный с макаронными издел.	200 (187 ккал)
2. Кофейный напиток с молоком	180 (133 ккал)
3. Вафли	35 (52 ккал)