

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



# М Е Н Ю

«21» Декабря 2022 г.

## ЗАВТРАК

1. Макароны отварные сладкие 90 (112,3 ккал)
2. Кофейный напиток с молоком 180 (133 ккал)
3. Бутерброд с маслом и сыром 20/5/9,3 (133,4 ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Яблоки 95,6 (44 ккал)

## ОБЕД

1. Свекольная икра 60 (60 ккал)
2. Борщ со свеж.кап.с мясом и со смет. 200 (93,6 ккал)
3. Пудинг рыбный запечен. 70 (114,1 ккал)
4. Картофельное пюре 100 (115,6 ккал)
5. Компот из смеси сухофруктов 180 (96,7 ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной 30/36 (72,6/93 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Каша рисовая молочная 200 (131,8 ккал)
2. Чай с молоком 180 (44,3 ккал)
3. Пряники 60,1 (52 ккал)