

УТВЕРЖДАЮ.

Заведующий МБДОУ, д/с №26

Ермошина О.В.

М Е Н Ю



«29» Декабря 2022 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1. Каша пшен.молоч.жид. | 200 (224,9 ккал) |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180(133,1ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,8(133,4 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|----------|------------------|
| 1.Йогурт | 180 (118,2 ккал) |
|----------|------------------|

ОБЕД:

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| 1.Овощи соленые (огурец) | 60,7 (41,2 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. Компот из свеж.яблок | 180(82,3 ккал) |
| 6. Хлеб пшен., ржан. | 30/30 (77,4/51,8 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|---------------------|------------------|
| 1. Ленивые вареники | 200 (247,2 ккал) |
| 2. Чай с молоком | 180 (44,4 ккал) |
| 3.Яблоки | 100 (47 ккал) |