

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«09» февраля 2023 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. Омлет натуральный | 60(86,3 ккал) |
| 2. Капуста тушеная | 50 (47,9 ккал) |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 180(133,1ккал) |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10(133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|----------|------------------|
| 1.Йогурт | 176,4 (137 ккал) |
|----------|------------------|

ОБЕД:

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------|
| 1.Овощи соленые (помидор) | 67,6 (50 ккал) |
| 2.Суп картоф.с клец.на м/б | 200(343,8 ккал) |
| 3. Курица отварная | 60(150,6 ккал) |
| 4. Каша пшеничная рассып.с маслом | 80(122,6 ккал) |
| 5. Сок | 176,4(79,4 ккал) |
| 6. Хлеб пшен., ржан. | 39/19,6 (77,4/50,8 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|---------------------|------------------|
| 1. Ленивые вареники | 200 (247,2 ккал) |
| 2. Чай с молоком | 180 (94,4 ккал) |