

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«09» Марта 2023 г.

## ЗАВТРАК

- |                               |                     |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. Запеканка творожная        | 80(235,7ккал)       |
| 2.Сметанный сладкий соус      | 30(40,1ккал)        |
| 3.Чай с сахаром               | 180(98,4ккал)       |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,4(113,4ккал) |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |         |                   |
|---------|-------------------|
| 1.Кефир | 175,5 (88,6 ккал) |
|---------|-------------------|

## ОБЕД:

- |                           |                         |
|---------------------------|-------------------------|
| 1. Капуста квашеная       | 57,4 (39,6 ккал)        |
| 2. Суп картоф.с рисом     | 200(106,6ккал)          |
| 3.Тефтели мясо крупяные   | 80 (143,4ккал)          |
| 4.Картоф.морковное пюре   | 100 (115,6 ккал)        |
| 5.Компот из смеси с/ф     | 180 (96,6ккал)          |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 38,3/37(92,7/95,8 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                                   |                  |
|-----------------------------------|------------------|
| 1. Каша манная с молоком и маслом | 200 (222,2 ккал) |
| 2. Кофейный напиток               | 180 (133,3 ккал) |