

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«30» Марта 2023 г.

## ЗАВТРАК

- |                         |                  |
|-------------------------|------------------|
| 1. Каша пшен.молоч.жид. | 200 (224,9 ккал) |
| 2. Чай с молоком        | 180 (98,4 ккал)  |
| 3. Бутерброд с маслом   | 20/5 (133,4ккал) |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |            |                |
|------------|----------------|
| 1. Ряженка | 189(89,7 ккал) |
| 2.Вафли    | 35 (62 ккал)   |

## ОБЕД

- |                             |                        |
|-----------------------------|------------------------|
| 1. Овощи соленые (помидор)  | 57,9(42,8 ккал)        |
| 2.Суп картоф.с рисом на м/б | 200 (112,5ккал)        |
| 3.Котлета рубленая          | 60 (150,6ккал)         |
| 4. Каша гречн.рассыпчатая   | 70(158,3ккал)          |
| 5.Кисель витаминизирован.   | 180 (127,9 ккал)       |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной   | 30/37,5(72,6/97,4ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                                |                 |
|--------------------------------|-----------------|
| 1. Запеканка вермиш.с творогом | 100(309 ккал)   |
| 2.Соус сметан.сладкий          | 30(40,1 ккал)   |
| 3. Какао с молоком             | 180 (167,4ккал) |