

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



М Е Н Ю

«29» Марта 2023 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|-----------------------|
| 1. Яйцо вареное | 1 шт. (63 ккал) |
| 2. Икра кабачковая | 67,7 (61,6 ккал) |
| 3. Чай с сахаром | 180(44,3 ккал) |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,2 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|-----------|---------------|
| 1. Яблоки | 100 (47 ккал) |
|-----------|---------------|

ОБЕД

- | | |
|--|------------------------|
| 1. Овощи соленые (огурец) | 55,8(38,5 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. Сок | 167,6 (75,5 ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 30/16 (72,6/41,4 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. Печенье | 30 (52 ккал) |
| 2. Молоко кипяченое | 180 (95,4 ккал) |