

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего МБДОУ д/с № 26

Е. А. Кононенко



# М Е Н Ю

«20» Июля 2023 г.

## ЗАВТРАК

- |                               |                     |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. Яйцо вареное               | 1 шт. (63 ккал)     |
| 2. Икра кабачковая            | 71 (61,4 ккал)      |
| 3. Чай с сахаром              | 180 (44,3 ккал)     |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан.                 | 20,5 (51,8 ккал)    |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |           |                 |
|-----------|-----------------|
| 1. Яблоки | 100 (82,4 ккал) |
|-----------|-----------------|

## ОБЕД

- |  |                            |
|--|----------------------------|
| 1. Свекольная икра                       | 60 (60 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                                   | 188,7 (75,3 ккал)          |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной                | 28,8/15,5 (72,6/54,4 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                          |                  |
|--------------------------|------------------|
| 1. Ленивые вареники отв. | 100 (247,2 ккал) |
| 2. Чай с сахаром         | 180 (44,3 ккал)  |
| 3. Пряники               | 50 (390 ккал)    |