

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина

М Е Н Ю

«16» Августа 2023г.

ЗАВТРАК

- | | |
|------------------------------------|----------------------|
| 1. Запеканка из творога с морковью | 70(213 ккал) |
| 2. Соус молочный сладкий | 30 (35,3ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,9 (133,4ккал) |
| 4. Чай с молоком | 180(94,3ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД:

- | | |
|---------------------------------------|------------------------|
| 1. Овощи свежие (огурцы) | 61,6 (9,7 ккал) |
| 2. Суп рыбный | 200(105,4ккал) |
| 3. Биточек | 60 (150,6 ккал) |
| 4. Гороховое пюре с пассирован. луком | 100(143,4ккал) |
| 5. Кисель из смеси сухофруктов | 180(127 ккал) |
| 6. Хлеб пшен., ржаной | 30/28 (72,6/63,7 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|---------------------|---------------|
| 1. Вафли | 50 (62 ккал) |
| 2. Молоко кипяченое | 180(95,4ккал) |