

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.

# М Е Н Ю

«24» Августа 2023 г.

## ЗАВТРАК

- |                               |                       |
|-------------------------------|-----------------------|
| 1. Омлет натуральный          | 60(86,3 ккал)         |
| 2. Капуста тушеная            | 70 (47,9 ккал)        |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 180(133,1 ккал)       |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,6 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан.                 | 20 (51,8 ккал)        |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |           |                  |
|-----------|------------------|
| 1. Йогурт | 193,9 (151 ккал) |
|-----------|------------------|

## ОБЕД:

- |                             |                          |
|-----------------------------|--------------------------|
| 1. Овощи свежие (помидор)   | 78,7 (11 ккал)           |
| 2. Суп картоф.с клец.на м/б | 200(343,8 ккал)          |
| 3. Суфле из печени          | 60/50(198,2 ккал)        |
| 4. Картофельное пюре        | 100 (115,6 ккал)         |
| 5. Сок                      | 193,9(87,2 ккал)         |
| 6. Хлеб пшен., ржан.        | 39,7/17,8 (90/41,4 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| 1. Ленивые вареники | 200 (247,2 ккал) |
| 2. Чай с сахаром    | 180 (44,4 ккал)  |
| 3. Яблоки           | 100 (47 ккал)    |