

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 26

Ермошина О.В.

М Е Н Ю

«28» Августа 2023г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 1. Икра кабачковая | 69,5 (63,2 ккал) |
| 2. Яйца вареные | 1 шт. (63 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом | 20/5 (133,4 ккал) |
| 4. Чай с сахаром | 180 (44,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|-----------|------------------|
| 1. Йогурт | 195,5 (121 ккал) |
|-----------|------------------|

ОБЕД

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| 1. Овощи свежие (огурец) | 72,9 (10,9 ккал) |
| 2. Суп рисовый на м/б со смет. | 200 (94,7 ккал) |
| 3. Фрикадельки мясные | 70 (131,6 ккал) |
| 4. Капуста тушеная | 120 (10,7 ккал) |
| 5. Компот из смеси сухофруктов | 180 (96,7 ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 30/21,2 (72,6/44 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------------------|----------------|
| 1. Суп молочный с макаронными издел. | 200 (187 ккал) |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180 (133 ккал) |
| 3. Яблоки | 100 (47 ккал) |
| 4. Печенье | 30 (52 ккал) |