

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



# М Е Н Ю

«13» Сентября 2023 г.

## ЗАВТРАК

- |                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| 1. Яйцо вареное       | 1 шт. (63 ккал)   |
| 2. Капуста тушеная    | 60 (10,7 ккал)    |
| 3. Чай с сахаром      | 180 (44,3 ккал)   |
| 4. Бутерброд с маслом | 20/5 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан.         | 20 (51,8 ккал)    |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |        |                   |
|--------|-------------------|
| 1. Сок | 167,2 (75,2 ккал) |
|--------|-------------------|

## ОБЕД

- |  |                            |
|--|----------------------------|
| 1. Свекольная икра                       | 60 (60 ккал)               |
| 2. Борщ со свеж. кап. с мясом и со смет. | 200 (93,6 ккал)            |
| 3. Фрикадельки мясные                    | 70 (131,6 ккал)            |
| 4. Картофельное пюре                     | 100 (115,6 ккал)           |
| 5. Компот из смеси с/ф                   | 180 (96,6 ккал)            |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной                | 33,2/17,9 (72,6/54,4 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                              |                  |
|------------------------------|------------------|
| 1. Каша рисовая. молоч. жид. | 200 (224,9 ккал) |
| 2. Чай с сахаром             | 180 (44,4 ккал)  |
| 3. Вафли                     | 35 (52 ккал)     |