

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«20» Сентября 2023 г.

## ЗАВТРАК

1. Запеканка творожная	80(235,7ккал)
2.Сметанный сладкий соус	30(40,1ккал)
3.Чай с молоком	180(94,4ккал)
4. Бутерброд с маслом	20/5(113,4ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

## ОБЕД:

1.Овощи свежие (помидор)	64,6 (9 ккал)
2. Суп картоф.с горохом	200(106,6ккал)
3. Биточек	60 (150,6 ккал)
4. Картофельное пюре	100(131ккал)
5.Компот из смеси с/ф	180 (96,6ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	38,3/35,4(92,7/91,7 ккал)

## ПОЛДНИК:

1.Ватрушка из дрожж.теста	100 (288,6 ккал)
2. Ряженка	175,5(89,5 ккал)