

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«04» Октября 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 соленые (помидор)	66,3 (49 ккал)
2. Суп картоф.с горохом	200(106,6ккал)
3. Тефтели мясо крупяные	60 (150,6 ккал)
4. Картоф.морковное пюре	100(131ккал)
5.Компот из смеси с/ф	180 (96,6ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	37,6/37,5(92,7/91,7 ккал)

ПОЛДНИК:

1.Ватрушка из дрожж.теста	100 (288,6 ккал)
2. Ряженка	192,9(98,4 ккал)