

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



# М Е Н Ю

«17» Октября 2023 г.

## ЗАВТРАК

1. Каша овсян. молочн.жид.	200(216,4ккал)
2. Кофейный напиток с молоком	180(133,1ккал)
3. Бутерброд с маслом	20/5 (113,41ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

1. Кефир	170,2 (87,2 ккал)
2. Печенье	30 (52 ккал)

## ОБЕД

1. Овощи соленые (помидор)	59 (34,4 ккал)
2. Щи из св.кап., с мясом со смет.	200(94,4ккал)
3. Шницель рубл.нат.из говядины	60 (150,6 ккал)
4. Каша гречн. рассыпчатая	70(158,3ккал)
5. Кисель витаминизированный	180(127,9 ккал)
6. Хлеб пшен., ржан.	31/19,4 (72,6/41,9ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Котлеты рыбные с кап.и мор.запечен.	80 (145 ккал)
2. Чай с сахаром	180 (44,3ккал)
3. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)