

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«30» Октября 2023 г.

## ЗАВТРАК

1. Яйцо вареное	1 шт. (63 ккал)
2. Икра кабачковая	66 (61,6 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. Яблоки	100 (47,0 ккал)
-----------	-----------------

## ОБЕД:

1. .Свекольная икра	60 (60,0 ккал)
2. Суп картоф. с макар. изд. на м/б	200 (83,8 ккал)
3. Ленивые голубцы	120 (164,0 ккал)
4. Сок	177,9 (87,0 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	39,8/18,2 (96,3/52,3 ккал)

## ПОЛДНИК:

1. Печенье	30 (52 ккал)
3. Какао с молоком	180 (167,4 ккал)