

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



# М Е Н Ю

«28» Ноября 2023 г.

## ЗАВТРАК

- |                               |                   |
|-------------------------------|-------------------|
| 1. Запеканка творожная        | 80(235,7ккал)     |
| 2. Сметанный сладкий соус     | 30(40,1ккал)      |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 180(133,1ккал)    |
| 4. Бутерброд с маслом         | 20/5 (113,41ккал) |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

- |            |                 |
|------------|-----------------|
| 1. Сок     | 175 (78,8 ккал) |
| 2. Печенье | 30 (52 ккал)    |

## ОБЕД

- |                                    |                         |
|------------------------------------|-------------------------|
| 1. Щи из кв.кап., с мясом со смет. | 200(94,4ккал)           |
| 2. Шницель рубл.нат.из говядины    | 60 (150,6 ккал)         |
| 3. Каша гречн.рассыпчатая          | 70(158,3ккал)           |
| 4. Кисель из смеси сухофруктов     | 180(127,9 ккал)         |
| 5. Хлеб пшен., ржан.               | 30/18,2 (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) |