

Утверждаю

Заведующий МБДОУ Д/С №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«13» Декабря 2023 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. Макароны отварн.слад. | 90 (112,3 ккал) |
| 3.Чай с молоком | 180(94,4ккал) |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,7(113,4ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД:

- | | |
|--------------------------------|-------------------------|
| 1.Овощи соленые (огурец) | 60 (41,4 ккал) |
| 2. Суп картоф.с горохом | 200(106,6ккал) |
| 3. Тефтели мясо крупяные | 60 (150,6 ккал) |
| 4. Картоф.пюре с капуст.тушен. | 140 (131ккал) |
| 5.Компот из смеси с/ф | 180 (96,6ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 37/35 (90,3/102,6 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------|------------------|
| 1. Запеканка творожная | 80(235,7ккал) |
| 2.Сметанный сладкий соус | 30(40,1ккал) |
| 3. Ряженка | 193,5(99,3 ккал) |