

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с №26
Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«10» Января 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. Ряженка	195,9 (99,3 ккал)
------------	-------------------

ОБЕД:

1.Овощи соленые (помидор)	61,7 (44,7 ккал)
2. Суп картоф.с горохом	200(106,6ккал)
3. Тефтели мясо крупяные	60 (150,6 ккал)
4. Картофельное пюре	100(131ккал)
5. Кисель витаминизированный	180(127,9 ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	37,1/39,8(90,3/102,6 ккал)

ПОЛДНИК:

1.Ватрушка из дрожж.теста	100 (288,6 ккал)
2. Кофейный напиток с молоком	180(133,1ккал)