

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ №26

О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«23» Января 2024 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 | 194,7 (98,3 ккал) |
| 2. Печенье | 30 (52 ккал) |

ОБЕД

- | | |
|------------------------------------|-------------------------|
| 1. Овощи соленые (помидор) | 62,8 (46,5 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 из смеси сухофруктов | 180(127,9 ккал) |
| 6. Хлеб пшен., ржан. | 30/17,5 (72,6/45,3ккал) |

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) |