

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«24» Января 2024 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.Яблоки	100 (47 ккал)
----------	---------------

## ОБЕД:

1.Овощи соленые (огурец)	67,8 (46,8 ккал)
2. Суп картоф.с горохом	200(106,6ккал)
3. Тефтели мясо крупяные	60 (150,6 ккал)
4. Картофельн.морков. пюре	100(131ккал)
5.Компот из смеси с/ф	180 (96,6ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	38,9/33,3 (94,1/86,2 ккал)

## ПОЛДНИК:

1.Ватрушка из дрожж.теста	100 (288,6 ккал)
2. Ряженка	202,8(103,4 ккал)