

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«25» января 2024 г.

ЗАВТРАК

1. Омлет натуральный	60(86,3 ккал)
2. Капуста тушеная	50 (47,9 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180(133,1 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9,6 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Йогурт	200 (136,3 ккал)
2. Вафли	35 (62 ккал)

ОБЕД:

1. Овощи соленые (помидор)	65,5(48,5 ккал)
2. Суп картоф.с клец.на м/п	200(343,8 ккал)
3. Курица отварная	60(150,6 ккал)
4. Каша пшенич. рассып.с маслом	80(122,6 ккал)
5. Сок	169,1(76,1 ккал)
6. Хлеб пшен., ржан.	37,4/18,3 (90,5/47,4 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Ленивые вареники	200 (247,2 ккал)
2. Чай с молоком	180 (94,4 ккал)