

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«30» Января 2024г.

## ЗАВТРАК

- |                          |                  |
|--------------------------|------------------|
| 1. Запеканка из творога  | 80(213 ккал)     |
| 2. Соус молочный сладкий | 30 ( 35,3ккал)   |
| 3. Бутерброд с маслом    | 20/5 (133,4ккал) |
| 4. Чай с молоком         | 180(94,3ккал)    |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |            |                   |
|------------|-------------------|
| 1. Ряженка | 177,3 (90,4 ккал) |
|------------|-------------------|

## ОБЕД:

- |                                       |                          |
|---------------------------------------|--------------------------|
| 1. Овощи соленые (помидор)            | 76,9 (56,9 ккал)         |
| 2. Суп рыбный                         | 200(105,4ккал)           |
| 3. Биточек                            | 60 (150,6 ккал)          |
| 4. Гороховое пюре с пассирован. луком | 100(143,4ккал)           |
| 5. Кисель из смеси сухоф.             | 180(127 ккал)            |
| 6. Хлеб пшен., ржаной                 | 31/29,5 (77,4/69,9 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                            |                |
|----------------------------|----------------|
| 1. Ватрушка из дрож. теста | 100 (122 ккал) |
| 2. Молоко кипяченое        | 180(95,4ккал)  |