

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



М Е Н Ю

«16» Января 2023г.

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	182,3 (93 ккал)
------------	-----------------

ОБЕД:

1. Овощи соленые (помидор)	63,4 (46,9 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	30/26,6 (77,4/69,9 ккал)

ПОЛДНИК:

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