

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«05» марта 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   | 184,2 (90,9 ккал) |
| 2.Печенье | 30 (52 ккал)      |

## ОБЕД

- |                                   |                           |
|-----------------------------------|---------------------------|
| 1. Капуста квашенная              | 60,6 (46 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 витаминизированный      | 180(127,9 ккал)           |
| 6. Хлеб пшен.,ржан.               | 32,4/19,6 (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) |