

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«13» Июня 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 | 20/5/9,8 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|----------|--------------------|
| 1.Йогурт | 172,1 (145,5 ккал) |
|----------|--------------------|

ОБЕД:

- | | |
|---------------------------------|----------------------------|
| 1.Овощи свежие (помидор) | 64,7(9,1 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) |
| 4. Сок | 183,8(76,1 ккал) |
| 5. Хлеб пшен., ржан. | 36,9/19,2 (90,5/47,4 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|----------------------------|-----------------|
| 1. Ленивые вареники отвар. | 100(247,4 ккал) |
| 2.Чай с сахаром | 180 (44,4 ккал) |