

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



# М Е Н Ю

«24» июня 2024 г.

## ЗАВТРАК

- |                       |      |                 |
|-----------------------|------|-----------------|
| 1. Макароны отварные  | 180  | 90 (112,3 ккал) |
| 2. Чай с сахаром      | 130  | 180 (44,3 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом | 20/5 | (133,4 ккал)    |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |        |  |                   |
|--------|--|-------------------|
| 1. Сок |  | 174,2 (73,9 ккал) |
|--------|--|-------------------|

## ОБЕД:

- |                                   |           |                  |
|-----------------------------------|-----------|------------------|
| 1. Овощи свежие(огурец)           |           | 60,6 (9,5 ккал)  |
| 2. Суп картоф. с мак. изд. на м/б |           | 200 (83,8 ккал)  |
| 3. Ленивый голубец                |           | 120 (164,0 ккал) |
| 4. Компот из смеси с/ф            |           | 180 (96,6 ккал)  |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной         | 39,6/17,4 | (95,8/45,1 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                                    |     |              |
|------------------------------------|-----|--------------|
| 1. Рыба тушеная в томате с овощами | 130 | (253,9 ккал) |
| 2. Картофельное пюре               | 100 | (115,6 ккал) |
| 3. Какао с молоком                 | 180 | (167,4 ккал) |
| 4. Хлеб ржан.                      | 20  | (51,8 ккал)  |