

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«11» июля 2024 г.

ЗАВТРАК

1. Омлет натуральный	60(86,3 ккал)
2. Капуста тушеная	60 (47,9 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180(133,1 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Йогурт	199,4 (121 ккал)
2. Вафли	30 (450 ккал)

ОБЕД:

1. Овощи свежие (огурцы)	69,3 (50 ккал)
2. Суп карт.с клец.с мясом птицы	200(343,8 ккал)
3. Курица отварная	60(150,6 ккал)
4. Каша пшеничная рассып.с маслом	80(122,6 ккал)
5. Сок	197,7(77,2 ккал)
6. Хлеб пшен., ржан.	42,5/17,5 (90/41,4 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Ленивые вареники	100 (247,2 ккал)
2. Какао с молоком	180 (44,4 ккал)