

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«22» Июля 2024 г.

## ЗАВТРАК

1. Яйцо вареное	1 шт. (63 ккал)
2. Икра кабачковая	66,9 (61,6 ккал)
3. Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Сок	196,5 (87,0 ккал)
--------	-------------------

## ОБЕД:

1. Свекольная икра	60 (60,0 ккал)
2. Суп картоф. с макар. изд.	200 (83,8 ккал)
3. Ленивые голубцы	120 (164,0 ккал)
4. Кисель витаминиз.	180 (87,0 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	21,6/17,2 (96,3/52,3 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 пшен.	20 (45,9 ккал)