

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В.Ермошина



М Е Н Ю

«01» Октября 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 | 197,6 (51,0 ккал) |
| 2. Печенье | 30 (460 ккал) |

ОБЕД

- | | |
|-----------------------------------|-------------------------|
| 1. Овощи свежие (огурцы) | 76,8 (9,7 ккал) |
| 2. Щи из св.кап.,с мясом со смет. | 200(94,4ккал) |
| 3. Шницель рубл.нат.из говядины | 70 (150,6 ккал) |
| 4. Каша гречн.рассыпчатая | 70(158,3ккал) |
| 5. Кисель из смеси с/ф | 180(127,9 ккал) |
| 6. Хлеб пшен.,ржан. | 30/20,9 (72,6/45,3ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--|-------------------|
| 1. Котлеты рыб. с кап. и морковью зап. | 80 (150,59 ккал) |
| 2. Хлеб ржаной | 20 (70,0 ккал) |
| 3. Чай с сахаром | 180 (98,352 ккал) |