

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

О.В. Ермошина



М Е Н Ю

«02» Октября 2024 г.

ЗАВТРАК

1. Омлет натуральный	60(86,3 ккал)
2. Капуста тушеная	50 (47,9 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180(133,1ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9,8 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Яблоки	100(87,0ккал)
-----------	---------------

ОБЕД:

1.Овощи свежие (огурец)	78,7 (10,7 ккал)
2. Суп картоф.с горохом	200(106,6ккал)
3.Тефтели мясо крупяные	80 (143,4ккал)
4. Картоф. - морковное пюре	130(131ккал)
5.Компот из смеси с/ф	180 (96,6ккал)
6. Хлеб пшеничный, ржаной	39,8/17,8(92,2/99,7 ккал)

ПОЛДНИК:

1.Ватрушка из дрож.теста	100 (105 ккал)
2. Ряженка	200 (133,1ккал)