

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«14» Октября 2024 г.

ЗАВТРАК

1. Икра кабачковая	68,7 (61 ккал)
2. Яйца вареные	1 шт.(63 ккал)
3.Чай с сахаром	180 (44,3 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 (133.4ккал)
5.Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1.Яблоки	100 (47 ккал)
----------	---------------

ОБЕД:

1.Свекольная икра	60 (60 ккал)
2.Суп картоф. с мак. изд. на м/б	200 (83,8 ккал)
3.Ленивый голубец	120 (164,0ккал)
4.Сок	168,1 (83,2 ккал)
5. Хлеб пшеничный, ржаной	22,6/18,5 (55,2/56,7 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 (167,4ккал)
4.Хлеб пшен.	20 (48,4 ккал)