

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«13» Ноября 2024 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| 1. Запеканка творожная | 80 (235,7 ккал) |
| 2. Соус сметанный слад. | 30 (40,1 ккал) |
| 3. Чай с сахаром | 180 (44,3ккал) |
| 4. Бутерброд с маслом | 20/5(113,4ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД:

- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| 1. Овощи соленые (огурец) | 65,5 (10,3 ккал) |
| 2. Суп картоф.с горохом | 200(106,6ккал) |
| 3. Тефтели мясо крупяные | 60 (150,6 ккал) |
| 4. Картоф.морковн. пюре | 100(101 ккал) |
| 5.Компот из смеси с/ф | 180 (96,6ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 37,8/38,9 (91,5/100,8 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------|------------------|
| 1.Ватрушка из дрож.теста | 100 (288,6 ккал) |
| 2. Ряженка | 190(95,4ккал) |