

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«18» Декабря 2024 г.

## ЗАВТРАК

- |                               |                        |
|-------------------------------|------------------------|
| 1. Омлет натуральный          | 60 (86,3 ккал)         |
| 2. Икра кабачковая            | 69 (59,7 ккал)         |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 180 (133 ккал)         |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10,4 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан.                 | 20 (51,8 ккал)         |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

## ОБЕД

- |                                       |                          |
|---------------------------------------|--------------------------|
| 1. Свекольная икра                    | 60 (8,5 ккал)            |
| 2. Борщ с кв. кап. с мясом и со смет. | 200 (93,6 ккал)          |
| 3. Пудинг рыбный запечен.             | 70 (114,1 ккал)          |
| 4. Картофельное пюре                  | 100 (115,6 ккал)         |
| 5. Сок                                | 184,3 (85,2 ккал)        |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной             | 32,4/31 (72,6/54,4 ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 1. Чай с сахаром | 180 (44,4 ккал) |
| 2. Печенье       | 30 (52 ккал)    |