

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«19» Декабря 2024 г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| 1. Икра кабачковая | 66,3 (61 ккал) |
| 2. Яйца вареные | 1 шт.(63 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10 (133,4 ккал) |
| 4. Чай с сахаром | 180 (44,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- | | |
|------------|-------------------|
| 1. Сок | 194,6 (79,4 ккал) |
| 2. Пряники | 55 (62 ккал) |

ОБЕД:

- | | |
|--------------------------------|----------------------------|
| 1. Овощи соленые (помидор) | 64,4 (8,1 ккал) |
| 2. Суп картоф.с клец.на м/п | 200(343,8 ккал) |
| 3. Курица отварная | 70 (185,2 ккал) |
| 4. Каша пшен. рассып.с маслом | 80(122,6 ккал) |
| 5. Компот из смеси сухофруктов | 180 (96,7 ккал) |
| 6. Хлеб пшен., ржан. | 35,4/34,4 (72,6/47,1 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|--------------------------------|-------------------|
| 1. Запеканка вермиш.с творогом | 100(309 ккал) |
| 2. Соус сметан.сладкий | 30(40,1 ккал) |
| 3. Ряженка | 178,2 (94,4 ккал) |