

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д.с № 26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«09» Января 2025г.

ЗАВТРАК

- | | |
|-------------------------------|------------------------|
| 1. Икра кабачковая | 67,8 (61 ккал) |
| 2. Яйца вареные | 1 шт.(63 ккал) |
| 3. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/10,6 (133,4 ккал) |
| 4. Чай с сахаром | 180 (44,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| 1. Овощи соленые (помидор) | 71,3 (9,1 ккал) |
| 2. Рассольник на м/б | 200 (94,7 ккал) |
| 3. Фрикадельки мясные | 70 (131,6 ккал) |
| 4. Капуста тушен. | 120 (20 ккал) |
| 5. Компот из смеси сухофруктов | 180 (96,7 ккал) |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной | 30/20,6 (72,6/44 ккал) |

ПОЛДНИК:

- | | |
|------------|-----------------|
| 1. Сок | 186,2 (94 ккал) |
| 2. Пряники | 55 (62 ккал) |