

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ДС № 26

Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«16» Января 2025 г.

ЗАВТРАК

1. Омлет натуральный	60(86,3 ккал)
2. Капуста тушеная	50 (47,9 ккал)
3. Кофейный напиток с молоком	180(133,1 ккал)
4. Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9,8 (133,4 ккал)
5. Хлеб ржан.	20 (51,8 ккал)

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

1. Йогурт	185,3 (137,7 ккал)
-----------	--------------------

ОБЕД:

1. Овощи соленые (помидор)	61,8 (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. Кисель из смеси сухофруктов	180(127,9 ккал)
5. Хлеб пшен., ржан.	37,8/20,2 (72,6/47,1 ккал)

ПОЛДНИК:

1. Ленивые вареники отвар.	100(247,4 ккал)
2. Чай с сахаром	180 (94,4 ккал)