

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 26

О.В.Ермошина



# М Е Н Ю

«22» Января 2025 г.

## ЗАВТРАК

- |                                |                  |
|--------------------------------|------------------|
| 1. Запеканка творож.с морковью | 80(213 ккал)     |
| 2. Соус молочный сладкий       | 30 ( 35,3ккал)   |
| 3. Бутерброд с маслом          | 20/5 (133,4ккал) |
| 4. Чай с сахаром               | 180(94,3ккал)    |

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

- |            |                 |
|------------|-----------------|
| 1. Ряженка | 179,1 (87 ккал) |
|------------|-----------------|

## ОБЕД

- |                                     |                         |
|-------------------------------------|-------------------------|
| 1. Овощи соленые (помидор)          | 59,7 (8,5 ккал)         |
| 2. Борщ с кв.кап.с мясом и со смет. | 200 (93,6 ккал)         |
| 3. Пудинг рыбный запечен.           | 70 (114,1ккал)          |
| 4. Картофельное пюре                | 100 (115,6ккал)         |
| 5. Сок                              | 156,7 (85,2 ккал)       |
| 6. Хлеб пшеничный, ржаной           | 30/40,3 (72,6/54,4ккал) |

## ПОЛДНИК:

- |                               |                |
|-------------------------------|----------------|
| 1. Кофейный напиток с молоком | 180 (133 ккал) |
| 2. Вафли                      | 55 (52 ккал)   |