

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с №26
Ермошина О.В.



М Е Н Ю

«27» Января 2025 г.

ЗАВТРАК

| | |
|-------------------------------|-----------------------|
| 1. Икра кабачковая | 70 (61 ккал) |
| 2. Яйца вареные | 1 шт. (63 ккал) |
| 3. Чай с сахаром | 180 (44,3 ккал) |
| 4. Бутерброд с маслом и сыром | 20/5/9,9 (133,4 ккал) |
| 5. Хлеб ржан. | 20 (51,8 ккал) |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК:

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

ОБЕД:

| | |
|-----------------------------------|--------------------------|
| 1. Свекольная икра | 60 (60 ккал) |
| 2. Суп картоф. с мак. изд. на м/б | 200 (83,8 ккал) |
| 3. Ленивый голубец | 120 (164,0 ккал) |
| 4. Сок | 176 (83,2 ккал) |
| 5. Хлеб пшеничный, ржаной | 20/21,3 (55,2/56,7 ккал) |

ПОЛДНИК:

| | |
|------------------------------------|------------------|
| 1. Рыба тушеная в томате с овощами | 130 (253,9 ккал) |
| 2. Картофельное пюре | 100 (115,6 ккал) |
| 3. Какао с молоком | 180 (167,4 ккал) |
| 4. Хлеб пшен. | 20 (48,4 ккал) |