УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ «Д/С № 7 ЛГО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н.Байтуш

**МЕНЮ НА \_\_23 ЯНВАРЯ\_\_\_ 2023 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда****11 день** | **Масса порции** | **Каллорий****ность порции** |
| **Завтрак**  |  |  |
| Рожки с маслом | 130/150 | 117/135 |
| Бутерброд с сыром | 10/20-10/20 | 82/82 |
| Кофейный напиток | 170/200 | 113/138 |
| Хлеб  | 20/20 | 39/39 |
| **II Завтрак** |  |  |
| Сок  | 150/200 | 39/42 |
|  |  |  |
| **Обед** |  |  |
| Салат из свеклы | 30/50 | 24/40 |
| Уха рыбацкая | 150/180 | 64/77 |
| Мясо тушеное с овощами | 110/130 | 147/174 |
| Компот из изюма | 150/180 | 79/95 |
| Хлеб  | 30/60 | 32/64 |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** |  |  |
| Печенье песочное  | 50/50 | 141/141 |
| Чай  | 150/200 | 63/84 |
|  |  |  |