УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ «Д/С № 7 ЛГО»

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

**МЕНЮ НА \_16 МАРТА\_ 2023 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда**  **9 день** | **Масса порции** | **Каллорий**  **ность порции** |
| **Завтрак** |  |  |
| Омлет с кукурузой консервированной | 85/20  85/40 | 163/169 |
| Бутерброд с повидлом | 20/20  20/25 | 124/132 |
| Какао с молоком | 180/200 | 119/140 |
|  |  |  |
| **II Завтрак** |  |  |
| Сок | 125/130 | 79/82 |
|  |  |  |
| **Обед** |  |  |
| Нарезка из свежих овощей | 30/50 | 28/40 |
| Суп овсяный со сметаной | 180/200 | 59/66 |
| Азу с отварным мясом | 110/130 | 191/239 |
| Компот из свежих фруктов | 150/180 | 66/77 |
| Хлеб | 30/40 | 107 |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** |  |  |
| Булочка домашняя | 50/70 | 135/179 |
| Чай | 150/180 | 41/63 |