УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ «Д/С № 7 ЛГО»

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

**МЕНЮ НА \_\_22 МАРТА\_ 2023 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда**  **13 день** | **Масса порции** | **Каллорий**  **ность порции** |
| **Завтрак** |  |  |
| Каша гречневая молочная | 130/180 | 137/211 |
| Бутерброд с маслом | 5/20-5/20 | 78/78 |
| Чай с сахаром | 170/180 | 60/63 |
| **II Завтрак** |  |  |
| Сок | 125/115 | 80/74 |
|  |  |  |
| **Обед** |  |  |
| Нарезка из свежих огурцов | 30/50 | 8/13 |
| Суп «Приморский» | 150/180 | 81/97 |
| Рыба «Орли» | 60/70 | 84/98 |
| Сложный гарнир | 110/130 | 90/107 |
| Компот из свежих яблок | 150/180 | 61/65 |
| Хлеб | 40/60 | 43/64 |
|  |  |  |
| **Полдник** |  |  |
| Печенье | 50/50 | 150/150 |
| Чай с лимоном | 150/180 | 29/41 |
|  |  |  |
|  |  |  |