УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ «Д/С № 7 ЛГО»

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

**МЕНЮ НА \_**23 МАРТА **\_ 2023 г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда****14 день** | **Масса порции** | **Каллорий****ность порции** |
| **Завтрак**  |  |  |
| Каша янтарная | 150/180 | 170/204 |
| Бутерброд с сыром | 10/20-10/20 | 82/82 |
| Какао с молоком | 170/180 | 112/119 |
| **II Завтрак** |  |  |
| Яблоко | 100/100 | 66,8/66,8 |
| **Обед** |  |  |
| Свекольник  | 150/180 | 63/76 |
| Котлета мясная | 50/70 | 103/144 |
| Рис с овощами | 110/130 | 96/114 |
| Салат из свежих овощей | 40/60 | 25/38 |
| Компот из изюма | 150/180 | 84/95 |
| Хлеб  | 30/50 | 58/97 |
| **Полдник** |  |  |
| Пирожок с повидлом | 50/50 | 126/126 |
| Кофейный напиток без молока | 150/200 | 96/128 |