

# Меню № 3

утверждаю

Заведующий МКДОУ д/с «Ромашка»

Е. В. Кайгородова

«02» Марта 2022

	Наименование блюда	Масса блюда .грамм		Калорийность	
		До 3-х лет	До 7-и лет	До 3-х лет	До 7-и лет
Завтрак:	Каша манная	150	180	156	169
	Хлеб с маслом шоколадным	30/10	30/10	112	113
	Чай	150	180	101	135
Второй завтрак:	Сок	100	150	58	87
Обед:	Салат из зеленого горошка с луком	30	60	48	64
	Суп гороховый	150	180	86	120
	Греча отварная	110	150	125	150
	Тефтели мясные	50	70	102	163
	Компот из сухофруктов	150	180	53	71
	Хлеб ржаной	30	35	46	69
	Хлеб пшеничный	20	30	35	52
Полдник:	Биоюгурт	140	178	84	100
	Ватрушка с	50	70	260	300

