

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с «Ромашка »

\_\_\_\_\_ Е.В.Кайгородова

## **Меню №4** **«03» Марта 2022г.**

	Наименование блюда	Масса блюда грамм		Калорийность	
		До 3- х лет	До 7- и лет	До 3- х лет	До 7-и лет
Завтрак:	Омлет	80	100	156	169
	Хлеб с сыром	30/10	30/10	112	113
	Кофейный напиток	150	180	101	135
Второй завтрак:	Мандарин	95	100	58	87
Обед:	Салат из кукурузы консервированной	30	50	48	64
	Суп –пюре с гренками	150	180	86	120
	Макароны отварные	110	150	125	150
	Гуляш из печени	50	70	102	163
	Компот из сухофруктов	120	180	53	71
	Хлеб ржаной	30	35	46	69
	Хлеб пшеничный	20	30	35	52
Полдник:	Чай	150	180	84	100
	Пудинг манный со сгущенным молоком	80	100	260	300

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с «Ромашка»

\_\_\_\_\_ Е.В.Кайгородова

## **Меню №4-А** **«03» Марта 2022г.**

	Наименование блюда	Масса блюда грамм		Калорийность	
		До 3- х лет	До 7- и лет	До 3- х лет	До 7-и лет
Завтрак:	Омлет	80	100	156	169
	Батон	30/10	30/10	112	113
	Кофейный напиток	150	180	101	135
Второй завтрак:	Мандарин	95	100	58	87
Обед:	Салат из кукурузы консервированной	30	50	48	64
	Суп –пюре с гречками	150	180	86	120
	Макароны отварные	110	150	125	150
	Гуляш из печени	50	70	102	163
	Компот из сухофруктов	120	180	53	71
	Хлеб ржаной	30	35	46	69
	Хлеб пшеничный	20	30	35	52
Полдник:	Чай	150	180	84	100
	Пудинг манный с повидлом	80	100	260	300