

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с «Ромашка»  
\_\_\_\_\_ Е.В.Кайгородова

**Меню №1**  
**«14» 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	Каша ячневая	150	180	156	169
	Батон с сыром	30/10	30/10	112	113
	Чай	150	180	101	135
Второй завтрак	Яблоко	100	100	58	87
Обед	Салат из кукурузы консервированной	30	60	70	140
	Суп крестьянский со сметаной	150	180	86	120
	Голубцы ленивые	130	150	125	150
		50	70	102	163
	Компот из фруктов	150	180	53	71
	Хлеб ржаной	30	35	46	69
Хлеб пшеничный	20	30	35	52	
Полдник	Молоко	150	180	84	100
	Сдоба обыкновенная	50	70	98	112

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с «Ромашка»  
Е.В.Кайгородова

**Меню №1-А**  
**«14» Марта 2022г.**

	Наименование блюда	Масса блюда грамм	Калорийность
		До 7 лет	До 7 лет
Завтрак	Каша ячневая	120	169
	Батон с повидлом	30/10	113
	Чай	180	135
Второй завтрак	Яблоко	150	87
Обед	Салат из кукурузы консервированной	70	140
	Суп крестьянский	180	120
	Голубцы ленивые	150	150
		70	163
	Компот из фруктов	180	71
	Хлеб ржаной	35	69
	Хлеб пшеничный	30	52
Полдник	Напиток «Немолоко»	180	100
	Печенье	30	102