

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

## *Меню №7*

### *«22» 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	Суп молочный с рисом	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 свежего огурца	30	60	70	140
	Суп щи со сметаной	150	180	86	120
	Картофельное пюре	130	150	125	150
	Котлета мясная	50	70	102	163
	Компот	150	180	53	71
	Хлеб ржаной	30	35	46	69
	Хлеб пшеничный	20	30	35	52
Полдник	Чай	150	180	84	100
	Сырники со сгущенным молоком	30/10	30/10	98	112

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

**Меню №7-А**  
**«22» Марта 2022**

	Наименование блюда	Масса блюда	Калорийность
		грамм	
		До 7-и лет	До 7-и лет
Завтрак	Рис отварной	180	169
	Батон	30/10	113
	Чай	180	135
Второй завтрак	Яблоко	150	87
Обед	Салат из свежего огурца	60	140
	Суп щи	180	120
	Картофельное пюре	150 70	150 163
	Котлета мясная		
	Компот из сухофруктов	180	71
	Хлеб ржаной	35	69
	Хлеб пшеничный	30	52
Полдник	Чай	180	100
	Салат овощной	60	112