



Утверждаю
 Заведующий МДОУ
 Детский сад «Родничок»
 _____ Золотухина Р.А.

Меню на 21 марта

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Энергетическая ценность		Размер порции	
		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ
Завтрак	Масло сливочное (порционно), каша пшеничная молочная, корейский напиток с молоком, хлеб пшеничный.	395	285	7 200 180 20	6 150 180 20
2-ой завтрак	яблоко св.	75	75	85	80
Обед	Суп картофельный с бобовыми (горохом душистым) и мясом, «Ежики» мясные с соусом красным свёкла тушёная, напиток из плодов шиповника, хлеб ржаной.	830	725	200 180 60 180 50	180 150 50 130 40
Полдник	Чай с сахаром, ватрушка из дрожжевого теста с повидлом.	125	95	200 75	180 65
Ужин	Рыба, запеченная в омлете, чай с сахаром, хлеб пшеничный.	405	315	200 200 50	180 180 30
Итого за день:					

М/сестра: *ЕЛ*

Шеф-повар: *К*