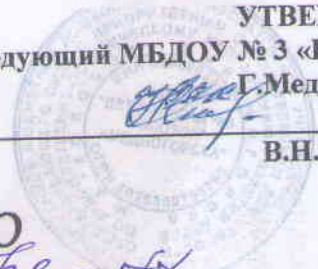




УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Г. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ
на 17 сентября 2014 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порций	Калорийность
Каша молочная	200г	168 ккал.
"Вутида"		
Батон	25г	75 ккал.
Кефир	200г	120 ккал.

II ЗАВТРАК

ОБЕД

Рассольник	200г	125 ккал.
Котлета тушеная с мясом	150г	215 ккал.
Салат витаминный	180г	123 ккал.
Хлеб пшеничный	35г	81 ккал.
Хлеб изюмный	37,5г	65 ккал.

ПОЛДНИК

Вафли	30г	163 ккал.
Чай с молочком	180г	46 ккал.



Приятного аппетита!



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Г. Медногорска

В.Н. Захарова

В.Н. Захарова

МЕНЮ

на 28 декабря 2012 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порций	Калорийность
<i>Омлет</i>	<i>150г</i>	<i>225 к.</i>
<i>Батон</i>	<i>25г</i>	<i>75 к.</i>
<i>Кефир со сметаной</i>	<i>200г</i>	<i>88 к.</i>

II ЗАВТРАК

ОБЕД

<i>Суп мясной</i>	<i>200г</i>	<i>73 к.</i>
<i>Плов с курятиной</i>	<i>150г</i>	<i>236 к.</i>
<i>Компот из сух. ф/р</i>	<i>180г</i>	<i>73 к.</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>35г</i>	<i>81 к.</i>
<i>Хлеб изюмный</i>	<i>32г</i>	<i>65 к.</i>

ПОЛДНИК

<i>Чай с сахаром</i>	<i>180г</i>	<i>24 к.</i>
<i>Сладг</i>	<i>70г</i>	<i>197 к.</i>



Приятного аппетита!



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Г. Медногорска



В.Н. Захарова

МЕНЮ
на 29 сентября 2014 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порций	Калорийность
Каша молочная	200г.	159 ккал.
молочек		
бюфет	15г.	75 ккал.
Чай с сахаром	200г.	77 ккал.

II ЗАВТРАК

ОБЕД

Чих	200г.	116 ккал.
буфет с	80г.	186 ккал.
молочного супа	120г.	146 ккал.
Кисель из повидла	180г.	80 ккал.
Каша гречневая	35г.	82 ккал.
Каша манная	37,5г.	68 ккал.

ПОЛДНИК

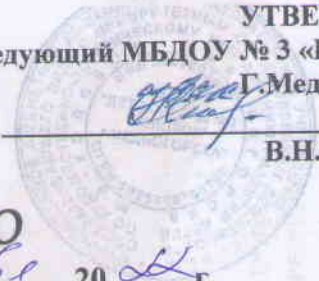
Чай без сахара	180г.	
Оладьи со	70г.	
сметаной, маслом	20г.	



Приятного аппетита!



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Г. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ

на 30 сентября 2014 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Омлет	110г.	165 ккал
Батон	5г.	25 ккал
Чай с сахаром	200г.	24 ккал

II ЗАВТРАК

ОБЕД

Суп гороховый	200г.	133 ккал
Чушки	80г.	186 ккал
Чеснок	150г.	133 ккал
Салат овощной	180г.	75 ккал
Хлеб пшеничный	35г.	4 ккал
Хлеб изюмный	37,5г.	65 ккал

ПОЛДНИК

Печенье	30г.	115 ккал
Чай без сахара	180г.	13 ккал



Приятного аппетита!