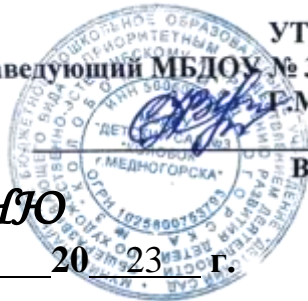




УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»

Т. Медногогорска

В.Н. Захарова



МЕНЮ

на 9 МАРТА 2023 г.

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Масса порций (гр) | Калорийность (Кк) |
|--------------------|-------------------|-------------------|
|--------------------|-------------------|-------------------|

| | | |
|---|-----|-------|
| Каша жидкая молочная овсяная «Геркулес» | 210 | 174,2 |
| Батон - багет | 25 | 75,47 |
| Чай с сахаром | 200 | 27 |
| | | |

II ЗАВТРАК

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

ОБЕД

| | | |
|----------------------------|------|-------|
| Суп картофельный | 200 | 81 |
| Гуляш из говядины | 80 | 185,6 |
| Каша рассыпчатая гречневая | 120 | 187 |
| Сок яблочный | 180 | 76 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 82,25 |
| Хлеб ржаной | 37,5 | 65,25 |
| | | |
| | | |

ПОЛДНИК

| | | |
|---------------------------------|-----|-------|
| Сдоба обыкновенная | 70 | 197,2 |
| Напиток кисло-молочный «Снежок» | 180 | 76 |
| | | |



Приятного аппетита!