



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»

Г. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 20 МАРТА 20 2023 г.

### ЗАВТРАК

**Наименование блюда** **Масса порций** **Калорийность**  
**(гр)** **(Кк)**

Запеканка из творога	130	321,1
Сгущенное молоко	10	32,8
Батон	25	75,47
Чай без сахара	200	1,4

### II ЗАВТРАК

--	--	--

### ОБЕД

Суп картофельный с горохом	200	133,14
Котлета мясная	75	221,3
Картофельное пюре	150	137,25
Сок яблочный	180	76
Хлеб пшеничный	20,7	48,64
Хлеб ржаной	37,5	65,25

### ПОЛДНИК

Оладьи	70	175,5
Сгущенное молоко	10	32,8
Чай без сахара	180	1,3

Приятного аппетита!

