



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Т. Медногогорска



В.Н.Захарова

М Е Н Ю

на 1 ИЮНЯ 20 23 г.

ЗАВТРАК

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

Каша жидкая молочная манная	200	159,31
Батон	25	75,47
Чай с молоком и сахаром	200	50,9

II ЗАВТРАК

Груша	100	46
-------	-----	----

ОБЕД

Суп с рыбными консервами	200	115,66
Гуляш из отварной говядины	80	185,6
Макароны отварные	130	145,99
Компот из сух.фруктов	180	72,9
Хлеб пшеничный	35	82,25
Хлеб ржаной	37,5	65,25

ПОЛДНИК

Молоко	180	102
Свекла отварная с сахаром	60	29,1



Приятного аппетита!