



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Т. Медногогорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 23 ИЮНЯ 20 23 г.

### ЗАВТРАК

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

Плов фруктовый	150	166,5
Батон	25	75,47
Какао на молоке	200	100,4

### II ЗАВТРАК

Яблоко	100	44
--------	-----	----

### ОБЕД

Икра свекольная	60	60,06
Щи из свежей капусты	200	61,6
Домашнее жаркое с мясом	190	228,86
Компот из свежих яблок	180	72,9
Хлеб пшеничный	35	82,25
Хлеб ржаной	37,5	65,25

### ПОЛДНИК

Чай с сахаром	180	24,3
Печенье	30	125



*Приятного аппетита!*