



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Г. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 2 ОКТЯБРЯ 2023 г.

*Наименование  
блюда*

*Масса порций,  
гр.*

*Калорийность,  
Ккал.*

	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша жидкая молочная пшенная	150	200	144,76	178,1
Батон	25		75,47	
Кофе на молоке	180	200	70,6	86
<b>II ЗАВТРАК</b>				
<b>ОБЕД</b>				
Щи со свежей капустой	180	200	55,44	61,6
Домашнее жаркое с мясом	160	190	192,94	228,86
Сок яблочный	150	180	64	76
Хлеб пшеничный	20	35	47	82,25
Хлеб ржаной	30	37,5	52,2	65,25
<b>ПОЛДНИК</b>				
Булочка дорожная	50	70	181	253,4
Молоко	180		102	

*Приятного аппетита!*

