



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 13 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 пшеничная	150	200	141	153,9
Батон	25		75,47	
Чай с молоком и сахаром	180	200	45,9	50,9
	<b>II ЗАВТРАК</b>			
	<b>ОБЕД</b>			
Свекольник	180	200	85,14	94,6
Рыба запеченая с картофелем	170	210	201,17	257,25
Компот из сух. фр	150	180	60,8	72,9
Хлеб пшеничный	20	35	47	82,25
Хлеб ржаной	30	37,5	52,2	65,25
	<b>ПОЛДНИК</b>			
Печенье	20	30	83,3	125
Молоко	180		102	

*Приятного аппетита!*

