



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ

на 16 ОКТЯБРЯ 2023 г.

*Наименование
блюда*

*Масса порций,
гр.*

*Калорийность,
Ккал.*

	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
ЗАВТРАК				
Омлет натуральный	150		225,2	
Батон	25		75,47	
Кофе на молоке	180	200	70,6	86
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Суп картофельный с пшеном	180	200	65,8	73,2
Котлета куриная	60	75	101,1	126,4
Масло сливочное	3		13,22	
Картофельное пюре	50	75	101,1	126,4
Капуста тушенная	65		48,82	
Кисель из повидла	150	180	67,05	80,46
Хлеб пшеничный	12,6	25,7	29,61	60,39
Хлеб ржаной	30	37,5	52,2	65,25
ПОЛДНИК				
Чай с молоком и сахаром	150	180	37,7	45,9
Вафли	20	30	108,4	162,6

Приятного аппетита!

