



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Г. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 18 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>				
Суп молочный с вермишелью	150	200	110,7	147,6
Батон	25		75,47	
Чай с молоком и сахаром	180	200	45,9	50,9
<b>II ЗАВТРАК</b>				
<b>ОБЕД</b>				
Рассольник ленинградский	180	200	113	125,52
Рыба тушеная с овощами	60	80	55	74
Картофельное пюре	120	150	109,8	137,25
Компот из сух.фруктов	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
Чай с сахаром	150	180	20,3	24,3

*Приятного аппетита!*

