



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 2 НОЯБРЯ 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 «Геркулес»	150	210	125,02	174,2
Батон	25		75,47	
Чай с молоком и сахаром	180	200	45,9	50,9
<b>II ЗАВТРАК</b>				
<b>ОБЕД</b>				
Борщ с капустой и картофелем	180	200	39,32	110,36
Рыба запеченая с овощами	60	80	55	74
Картофельное пюре	120	150	109,8	137,25
Кисель из повидла	150	180	67,05	80,46
Хлеб пшеничный	20	35	47	82,25
Хлеб ржаной	30	37,5	52,2	65,25
<b>ПОЛДНИК</b>				
Оладьи	50	70	124,5	175,5
со сгущенным молоком	10	20	32,8	65,6
Чай без сахара	150	180	0,5	1,3

*Приятного аппетита!*

