



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 3 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<br>рисовая | 150      | 200     | 41,94    | 154     |
| Батон                           | 25       |         | 75,47    |         |
| Какао на молоке                 | 180      | 200     | 72,9     | 100,4   |
| <b>II ЗАВТРАК</b>               |          |         |          |         |
| <b>ОБЕД</b>                     |          |         |          |         |
| Суп картофельный                | 180      | 200     | 72,7     | 81      |
| Капуста тушеная с мясом         | 120      | 150     | 203,7    | 254,6   |
| Компот из сух.фруктольв         | 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>                  |          |         |          |         |
| Молоко                          | 180      |         | 102      |         |
| Пряник                          | 30       |         | 110      |         |

**Приятного аппетита!**

