



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на 21 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>				
Омлет натуральный	150		225,2	
Батон	25		75,47	
Чай с сахаром	180	200	24,3	27
<b>II ЗАВТРАК</b>				
<b>ОБЕД</b>				
Винегрет	40	60	37,92	54,96
Суп картофельный с пшеном	180	200	65,8	73,2
Домашнее жаркое с мясом	160	190	192,94	228,86
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
<b>ПОЛДНИК</b>				
Молоко	180		102	
Сдоба обыкновенная	50	70	141	197,2

*Приятного аппетита!*

