



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
ЗАВТРАК				
Омлет натуральный	150		225,2	
Батон	25		75,47	
Чай с сахаром	180	200	24,3	27
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
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
ПОЛДНИК				
Молоко	180		102	
Сдоба обыкновенная	50	70	141	197,2

Приятного аппетита!

