



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ

на _____ 22 НОЯБРЯ _____ 20__ 23__ г.

Наименование
блюда

Масса порций,
гр.

Калорийность,
Ккал.

	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
	ЗАВТРАК			
Каша жидкая молочная геркулесовая	150	200	125,02	174,2
Батон	25		75,47	
Кофе с молоком	180	200	70,6	86
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Икра свекольная	40	60	40,04	60,06
Суп с рыбными консервами	180	200	104,09	115,66
Гуляш из мяса	60	80	139,2	185,6
Макароны отварные	110	130	123,53	145,99
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
ПОЛДНИК				
Молоко	180		102	
Салат из моркови	60		29,1	

Приятного аппетита!

