



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ

на _____ 15 ДЕКАБРЯ _____ 20__ 23__ г.

*Наименование
блюда*

*Масса порций,
гр.*

*Калорийность,
Ккал.*

	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
ЗАВТРАК				
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100	130	247	321,1
Батон	25		75,47	
Чай с сахаром (ясли)	180	200	24,2	27
II ЗАВТРАК				
Яблоко	100		44	
ОБЕД				
Суп картофельный с горохом (сад)	180	200	120	133,14
Капуста тушеная с мясом	120	150	203,7	254,6
Сок яблочный	150	180	64	76
Хлеб пшеничный	8,6	20,7	20,21	48,64
Хлеб ржаной	30	37,5	52,2	65,25
ПОЛДНИК				
Молоко	180		102	
Печенье	20	30	83,3	125

Приятного аппетита!

