



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ

на _____ 9 ЯНВАРЯ _____ 20__ 23__ г.

*Наименование
блюда*

*Масса порций,
гр.*

*Калорийность,
Ккал.*

	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
ЗАВТРАК				
Макароны отварные	120	150	157,4	196,8
Батон	25		75,47	
Чай с сахаром	180	200	24,3	27
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Салат из свеклы	40	60	37,56	56,34
Суп картофельный с пшеном	180	200	65,8	73,2
Котлета куриная	60	75	101,1	126,4
Масло сливочное	3		13,22	
Каша гречневая рассыпчатая	120	150	187	233,7
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				
Чай без сахара	150	180	0,5	1,3
Вафли	20	30	108,3	162,6

Приятного аппетита!

