



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
<b>ЗАВТРАК</b>				
Макароны отварные	120	150	157,4	196,8
Батон	25		75,47	
Чай с сахаром	180	200	24,3	27
<b>II ЗАВТРАК</b>				
<b>ОБЕД</b>				
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
<b>ПОЛДНИК</b>				
Чай без сахара	150	180	0,5	1,3
Вафли	20	30	108,3	162,6

*Приятного аппетита!*

