



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на \_\_\_\_\_ 4 ОКТЯБРЯ \_\_\_\_\_ 20 24 г.

*Наименование  
блюда*

*Масса порций,  
гр.*

*Калорийность,  
Ккал.*

	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша жидкая молочная геркулес	150	200	125,02	174,02
Батон	25		75,47	
Чай с молоком и сахаром	180	200	45,9	50,9
<b>II ЗАВТРАК</b>				
<b>ОБЕД</b>				
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	180	200	99,32	110,36
Рыба запеченая с картофелем	170	210	201,17	257,25
Кисель с повидлом	150	180	67,05	80,46
Хлеб пшеничный	20	35	47	82,25
Хлеб ржаной	30	37,5	52,2	65,25
<b>ПОЛДНИК</b>				
Печенье сдобное	50	70	187,34	162,27
Чай с сахаром	150	180	20,3	24,3

*Приятного аппетита!*

