



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»  
Г. Медногорска



В.Н.Захарова

## МЕНЮ

на \_\_\_\_\_ 5 СЕНТЯБРЯ \_\_\_\_\_ 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>             |          |         |          |         |
| Творожная запеканка        | 100      | 130     | 255      | 331,5   |
| Сгущенное молоко           | 15       | 20      | 49,2     | 65,6    |
| Батон                      | 25       |         | 75,47    |         |
| Кофе на молоке             | 180      | 200     | 70,6     | 86      |
| <b>II ЗАВТРАК</b>          |          |         |          |         |
| <b>ОБЕД</b>                |          |         |          |         |
| Суп картофельный с горохом | 180      | 200     | 120      | 133,14  |
| Котлета рыбная с молоком   | 60       | 80      | 84       | 116     |
| Пюре картофельное          | 120      | 150     | 109,8    | 137,25  |
| Сок яблочный               | 150      | 180     | 64       | 76      |
| Хлеб пшеничный             | 15       | 29      | 35,25    | 68,15   |
| Хлеб ржаной                | 30       | 37,5    | 52,2     | 65,25   |
| <b>ПОЛДНИК</b>             |          |         |          |         |
| Печенье                    | 30       | 50      | 125      | 205     |
| Молоко                     | 180      |         | 102      |         |

*Приятного аппетита!*

