



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Т. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ

на 10 ОКТЯБРЯ 20 24 г.

Наименование
блюда

Масса порций,
гр.

Калорийность,
Ккал.

	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
ЗАВТРАК				
Каша жидкая молочная манная	150	200	120,32	159,31
Батон	25		75,47	
Чай с сахаром	180	200	24,2	27
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Суп картофельный с вермишелью	180	200	75,42	83,8
Котлета рыбная с молоком	60	80	84	116
Капуста тушеная	65		48,82	
Пюре картофельное	50	75	45,75	59,45
Сок персиковый	150	180	60	72
Хлеб пшеничный	15	29	35,25	68,15
Хлеб ржаной	30	37,5	52,2	65,25
ПОЛДНИК				
Печенье	30	50	125	205
Салат из моркови	60	60	29,1	29,1
Молоко	180		102	

Приятного аппетита!

