



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 3 «Колобок»
Г. Медногорска



В.Н.Захарова

МЕНЮ

на _____ 13 СЕНТЯБРЯ _____ 20__ 24__ г.

*Наименование
блюда*

*Масса порций,
гр.*

*Калорийность,
Ккал.*

| | 1-3 года | 3-7 лет | 1-3 года | 3-7 лет |
|---|----------|---------|----------|---------|
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом и сахаром | 150 | 200 | 243,75 | 325 |
| Батон | 25 | | 75,47 | |
| Чай с сахаром | 180 | 200 | 24,3 | 27 |
| II ЗАВТРАК | | | | |
| ОБЕД | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем | 180 | 200 | 99,32 | 110,36 |
| Котлета из говядины | 60 | 75 | 177 | 221,3 |
| Рис отварной | 110 | 130 | 139,8 | 209,7 |
| Сок персиковый | 150 | 180 | 60 | 72 |
| Хлеб пшеничный | 8,6 | 20,7 | 20,21 | 48,64 |
| Хлеб ржаной | 30 | 37,5 | 52,2 | 65,25 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | 60 | | 29,1 | |
| Чай с сахаром | 150 | 200 | 20,3 | 24,3 |

Приятного аппетита!

