



Утверждаю:
ИО Заведующего д/с №3 Вершинина Н.В.



Меню 14.11.2025.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каша «Дружба»	150/200	195,0/260,0
Бутерброд с маслом	30/5	147,0
Какао с молоком	150/200	75,3/100,4
II завтрак		
Фрукты	100	52,0
Обед		
Салат из морской капусты с яйцом	40/60	29,7/44,6
Щи со сметаной	180/200	69,1/92,2
Плов с говядиной	200/250	318,6/398,3
Компот из фруктовой смеси	150/180	60,7/72,9
Хлеб	50/70	117,5/164,5
Полдник		
Ватрушка «Королевская»	150/180	155,2/186,3
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8

м/с Тетеревкова В.А.