



Заведующая
МБДОУ № 109
Н.Р. Тальгаскова И.И.

МБДОУ г. МУРМАНСКА № 109

Меню 3 апреля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая.	150,0	169	180,0	202
	Сыр	8,0	27	9,9	34
	Батон в/с	30,0	79	35,3	93
	Чай с сахаром	150,0	33	180,0	39
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый	100,0	48		
	Сок грушевый			140,0	67
Обед	Салат из свеклы с огурцами консервированными	30,0	44	50,0	73
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 2	150,0	62	180,0	74
	Курица отварная в соусе	95,0	240	111,0	281
	Рис отварной	110,0	118	130,0	140
	Компот из изюма	150,0	73	180,0	88
	Хлеб ржано-пшеничный	35,0	71	48,9	108
	Рыбный жир			6,0	0
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью	130,0	180	150,0	208
	Молоко сгущенное 8,5%	10,0	32	14,0	45
	Молоко	150,0	80	153,5	81
	Батон в/с	30,0	79	34,5	90
	печенье	20,0	83	25,0	104