



Утверждено
Заведующий МБДОУ № 109
Н.Р. Тютюнкова И.И.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню 4 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая1	150,0	144	200,0	193
	Батон в/с	25,0	66	32,0	84
	масло сливочное 5	4,0	29	5,0	37
	чай с молоком	175,0	60	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 виноградный	100,0	51		
	Сок виноградный			134,6	69
Обед	Салат из свеклы с чесноком	40,0	50	50,0	62
	Рассольник ленинградский с мясом	150,0	93	200,0	125
	Печень, тушенная в соусе	60,0	94	80,0	125
	Пюре картофельное	110,0	101	150,0	137
	Компот из смеси свежих ягод.	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный	35,0	71	45,8	93
Уплотненный полдник	Салат из моркови и яблок	40,0	36	50,0	45
	Запеканка из творога	145,0	223	150,0	231
	Батон в/с	35,0	92	39,5	104
	Молоко	150,0	80	179,6	95