



Утверждено
Заведующий МБДОУ № 109
И.И. Талыженков И.И.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

**Меню
5 февраля 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с крупой (ячневая)	150,0	104	200,0	138
	Бутерброд с повидлом	35,0	34	40,0	39
	Кофейный напиток с молоком	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Сок 0,2 яблочный	120,0	55		
	Сок яблочный			150,0	69
Обед	Икра кабачковая	30,0	23	50,0	39
	Борщ с капустой и картофелем с мясом 200	150,0	101	200,0	134
	Тефтели мясные (ёжики)	60,0	140	80,0	187
	Соус молочный к блюдам 2-ой вариант	25,0	27	30,0	32
	Картофель отварной	130,0	98	150,0	113
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	150,0	83	180,0	100
	Хлеб ржано-пшеничный	30,0	61	47,0	95
Уплотненный полдник	Овощи припущенные сметанном (молочном) соусе	130,0	113	130,0	113
	Яйцо варёное	40,0	21	60,0	32
	Сдоба обыкновенная	60,0	229	60,0	229
	Чай с лимоном.	150,0	33	180,0	39
	Батон в/с	40,0	105	40,0	105