



Университет
Заверенный МБДОУ № 109
И.И. Ткаченко И.И.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

**Меню
5 марта 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	100,0	46		
	Сок яблочный			148,2	68
Обед	Икра кабачковая	25,0	20	54,0	42
	Борщ с капустой и картофелем с мясом 200	150,0	101	200,0	134
	Тефтели мясные (ёжики)	60,0	140	75,0	175
	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	43,9	89
Уплотненный полдник	Овощи припущенные сметанном (молочном) соусе	130,0	113	130,0	113
	Яйцо варёное	40,0	21	59,6	31
	Сдоба обыкновенная	50,0	191	55,0	210
	Чай с лимоном.	150,0	33	180,0	39
	Батон в/с	30,0	79	34,8	91