



*Утверждено*  
*Заведующей МБДОУ № 109*  
*И.И. Гальченко И.И.*

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

## Меню 10 февраля 2025 г.

| Прием пищи          | Наименование блюда                   | Ясли 12 часов |              | Сад 12 часов |              |
|---------------------|--------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|                     |                                      | Вес           | Калорийность | Вес          | Калорийность |
| Завтрак             | Каша манная молочная жидкая.         | 150,0         | 144          | 200,0        | 192          |
|                     | Бутерброд с повидлом                 | 35,0          | 34           | 40,0         | 39           |
|                     | Какао с молоком 1                    | 150,0         | 84           | 180,0        | 101          |
| Второй завтрак      | Сок 0,2 яблочный                     | 107,7         | 50           |              |              |
|                     | Сок яблочный                         |               |              | 140,0        | 64           |
| Обед                | Салат из солёных огурцов с луком     | 30,0          | 17           | 50,0         | 28           |
|                     | Суп картофельный с бобовыми          | 150,0         | 93           | 200,0        | 125          |
|                     | Голубцы ленивые                      | 150,0         | 230          | 200,0        | 306          |
|                     | Компот из свежих ягод-в              | 160,0         | 59           | 180,0        | 67           |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                 | 33,0          | 67           |              |              |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный 1               |               |              | 44,7         | 81           |
| Уплотненный полдник | Салат из свеклы с чесноком           | 40,0          | 50           | 50,0         | 62           |
|                     | Котлета рыбная любительская          | 60,0          | 119          | 75,0         | 149          |
|                     | Макаронные изделия отварные с маслом | 125,0         | 152          | 130,0        | 158          |
|                     | Чай с лимоном.                       | 150,0         | 33           | 180,0        | 39           |
|                     | Батон в/с                            | 35,0          | 92           | 35,4         | 93           |