



Утверждаю
директор МБДОУ № 109
Веденко А.А.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

1

**Меню
14 марта 2025 г.**

П.п.	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	155,0	81	200,0	104
	Батон в/с	27,0	71	34,2	90
	масло сливочное 5	4,0	29	5,0	37
	Сыр	8,0	27	10,0	34
	Кофейный напиток с молоком	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Яблоко свежее	120,0	70	150,0	88
Обед	Икра кабачковая	25,0	20	63,6	50
	Суп картофельный с рыбой	150,0	79	200,0	105
	Макаронные изделия отварные с маслом	110,0	134	130,0	158
	Мясо тушеное 1	60,0	156	80,0	208
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	150,0	83	179,7	100
	Хлеб ржано-пшеничный	35,0	71	39,9	81
Уплотненный полдник	Винегрет овощной	120,0	98	150,0	123
	Яйцо варёное	40,0	21	59,6	31
	Булочка творожная2	55,0	206	56,0	209
	Чай с лимоном.	150,0	33	180,0	39
	Хлеб ржано-пшеничный	30,0	61	37,0	75