



Утверждено
Н.О. Заведующий МБДОУ № 109
Взник А.А.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню 18 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	30,0	79
	масло сливочное 5	4,0	29	5,0	37
	чай с молоком	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 виноградный	100,0	51		
	Сок виноградный			137,3	70
Обед	Салат из свеклы с чесноком	40,0	50	50,0	62
	Рассольник ленинградский с мясом	150,0	93	200,0	125
	Печень, тушеная 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	44,1	89
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	30,0	79	39,4	103
	Молоко	150,0	80	168,7	89