



*Утверждено
Заведующей МБДОУ № 109
И.Р. Живченко И.И.*

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню 23 апреля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Если 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 1	170,0	164	200,0	193
	Батон в/с	25,0	66	30,0	79
	Сыр	8,0	27	10,0	34
	чай с молоком	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый	140,0	67		
	Сок грушевый			150,0	72
Обед	Салат из свеклы с огурцами консервированными	30,0	44	50,0	73
	Суп из овощей на курином бульоне	150,0	111	200,0	148
	Плов из отварной курицы	130,0	270	170,0	353
	Компот из изюма	150,0	73	180,0	88
	Хлеб ржано-пшеничный	35,0	71	30,0	61
	Рыбный жир			6,0	0
Уплотненный полдник	Омлет натуральный с маслом	130,0	195	150,0	225
	Сдоба обыкновенная	50,0	191	55,0	210
	Молоко	150,0	80	165,6	88
	Батон в/с	20,0	52	25,0	66