



Утверждено
и.о. заведующей МБДОУ № 109
Визинк А.А.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

**Меню
24 марта 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Если 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша манная молочная жидкая.	150,0	144	190,0	182
	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	100,0	46		
	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	180,0	112
	Голубцы ленивые	150,0	230	180,0	276
	Компот из смеси свежих ягод	150,0	56	160,0	59
	Хлеб ржано-пшеничный	35,0	71	45,0	91
Уплотненный полдник	Салат из свеклы с чесноком	20,0	25	26,0	32
	Котлета рыбная любительская	60,0	119	75,0	149
	Макаронные изделия отварные с маслом	110,0	134	130,0	158
	Чай с лимоном.	150,0	33	160,0	35
	Батон в/с	30,0	79	25,0	66