



*Утверждено
Заведующий МБДОУ № 109
Н.И. Талькокова Н.И.*

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню 25 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая.	150,0	169	180,0	202
	масло сливочное 5	5,0	37	5,0	37
	Батон в/с	25,0	66	34,1	89
	Чай с сахаром	150,0	33	180,0	39
Второй завтрак	Сок 0,2 персиковый	109,1	56		
	Сок персиковый			140,0	71
Обед	Салат из отварной моркови с зеленым горошком	30,0	33	50,0	55
	Борщ с капустой и картофелем с мясом 200	150,0	101	180,0	121
	Биточки рубленые	50,0	122	75,0	183
	Картофель в молоке	110,0	125	130,0	148
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	150,0	83	160,6	89
	Хлеб ржано-пшеничный	35,0	71	45,6	92
Уплотненный полдник	Сырники из творога	130,0	218	150,0	251
	Молоко	150,0	80	147,3	78
	Яблоко свежее	95,0	56	100,1	59
	Батон в/с	25,0	66	30,0	79