



*Утверждено
Заведующий МБДОУ № 109
И.Р. Талыженкова И.И.*

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню 28 января 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая.	150,0	169	200,0	225
	масло сливочное 5	5,0	37	5,0	37
	Батон в/с	30,0	79	36,5	96
	Кофейный напиток с молоком	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Сок 0,2 персиковый	111,1	57		
	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	200,0	134
	Биточки рубленые	50,0	122	70,0	170
	Картофель в молоке	110,0	125	150,0	170
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	150,0	83	176,8	98
	Хлеб ржано-пшеничный	30,0	61	34,5	70
Уплотненный полдник	Сырники из творога	140,0	234	160,0	268
	Молоко	150,0	80	179,3	95
	Яблоко свежее	95,0	56	100,1	59
	Батон в/с	25,0	66	30,0	79