

МБДОУ г. МУРМАНСКА № 109



**Меню
28 мая 2025 г.**

*Заведующая МБДОУ № 109
И.И. Лавренко И.И.*

Прием пищи	Наименование блюда	Если 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с крупой (ячневая)	150,0	104	180,0	124
	Бутерброд с повидлом	35,0	34	40,0	39
	Кофейный напиток с молоком	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Сок яблочный			138,9	64
	Сок 0,2 яблочный	100,0	46		
Обед	Икра кабачковая			36,5	29
	Борщ из свежей капусты 200	150,0	54	200,0	72
	Тефтели мясные (ёжики)	65,0	152	80,0	187
	Соус молочный к блюдам 2-ой вариант	25,0	27	30,0	32
	Картофель отварной	90,0	68	145,0	109
	Компот из сушеных фруктов	150,0	83	180,0	100
	Хлеб ржано-пшеничный	34,0	69	45,1	91
Уплотненный полдник	Овощи припущенные сметанном (молочном) соусе	90,0	78	110,0	96
	Яйцо варёное	40,0	21	60,3	32
	Сдоба обыкновенная	50,0	191	50,0	191
	Батон в/с	45,0	118	51,6	135
	Чай с сахаром	150,0	33	180,0	39