



Утверждено
Заведующей МБДОУ № 109
И.Р. Галыткова И.И.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню

29 января 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 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	32,0	84
	Сыр	8,0	27	10,0	34
	чай с молоком	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый	100,0	48		
	Сок грушевый			140,0	67
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	180,0	374
	Компот из изюма	150,0	73	180,0	88
	Хлеб ржано-пшеничный	45,0	91	56,0	113
Уплотненный полдник	Омлет натуральный с маслом	130,0	195	150,0	225
	Булочка творожная	50,0	160	55,0	176
	Молоко	150,0	80	180,0	95
	Батон в/с	20,0	52	30,0	79