



Утверждено
Заведующий МБДОУ № 109
И.И. Тальченко И.И.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

МЕ

Меню

30 января 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная.	150,0	151	200,0	202
	Бутерброд с джемом	30,0	39	35,0	45
	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	Икра свекольная	35,0	39	60,0	66
	Щи из свежей капусты с картофелем 200	150,0	53	200,0	71
	Запеканка картофельная с печенью	160,0	255	200,0	318
	Соус томатный	24,0	53	30,0	67
	Компот из смеси свежих ягод.	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный	35,0	71	44,9	91
Уплотненный полдник	Овощи припущенные сметанном (молочном) соусе	130,0	113	150,0	131
	Тефтели рыбные	60,0	107	75,0	134
	Соус сметанный №354	30,0	23	30,0	23
	Батон в/с	30,0	79	29,8	78
	Чай с сахаром	150,0	33	180,0	39