



Утверждено
Заведующей МБДОУ № 109
И.И. Ткаченко И.И.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню
20 ноября 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая1	170,0	164	180,0	173
	Батон в/с	25,0	66	33,5	88
	Сыр	8,0	27	10,0	34
	чай с молоком	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый	110,0	53		
	Сок грушевый			151,0	72
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	150,0	312	170,0	353
	Компот из изюма	150,0	73	180,0	88
	Хлеб ржано-пшеничный	30,0	61	45,0	91
Уплотненный полдник	Омлет натуральный с маслом	130,0	195	150,0	225
	Булочка творожная	50,0	160	55,0	176
	Банан	97,0	93	110,0	106
	Молоко	150,0	80	180,0	95
	Батон в/с	20,0	52	25,0	66