



МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

MI

Меню

27 ноября 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с крупой (ячневая)	170,0	118	200,0	138
	Бутерброд с повидлом	35,0	34	40,0	39
	Кофейный напиток с молоком	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Сок 0,2 яблочный	123,1	57		
	Сок яблочный			140,0	64
Обед	Икра кабачковая			53,8	42
	Помидор свежий	37,7	11		
	Борщ с капустой и картофелем с мясом 200	150,0	101	200,0	134
	Тефтели мясные (ёжики)	60,0	140	80,0	187
	Картофель отварной	130,0	98	150,0	113
	Компот из смеси сухофруктов без сахара	150,0	83	180,6	100
	Хлеб ржано-пшеничный	30,0	61	45,5	92
Уплотненный полдник	Овощи припущенные сметанном (молочном) соусе	130,0	113	130,0	113
	Яйцо варёное	40,0	21	59,6	31
	Сдоба обыкновенная	60,0	229	50,0	191
	Чай с лимоном.	150,0	33	180,0	39
	Батон в/с	27,0	71	37,3	98