

Утверждаю:
 зав. Тальченко И.И.
 28.07.25

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МБ

Меню
3 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Запеканка из творога с изюмом.	145,0	235	150,0	243
	Батон в/с к1	35,0	92	40,1	105
	Сыр к1	8,0	27	10,1	35
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Какао с молоком1 к1	150,0	84	180,0	101
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый к1	100,0	48		
	Сок грушевый к1			114,3	55
Обед	Огурцы консервированные к1	25,0	3	39,1	4
	Свекольник на мясном бульоне1 к1	150,0	74	180,0	89
	Гуляш из отварного мяса 1 к1	60,0	141	70,0	164
	Каша гречневая рассыпчатая к1	100,0	180	130,0	234
	Компот из смеси сухофруктов без сахара к1	150,0	83	180,0	100
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Хлеб ржано-пшеничный 1 к1	30,0	55	52,1	95
Уплотненный полдник	Котлеты рыбные к1	55,0	102	75,0	140
	Капуста тушеная к1	130,0	102	150,0	118
	Чай с вареньем к1	150,0	30	180,0	36
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	30,0	79	37,4	98