

Утверждаю:
 зав. Пальчиков И.И.
 03.03.25 ИИ

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

MI

Меню
4 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая к1	150,0	144	180,0	173
	Батон в/с к1	25,0	66	36,5	96
	масло сливочное 5 к1	3,0	22	4,0	29
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	чай с молоком к1	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 виноградный к1	100,0	51		
	Сок виноградный к1			114,3	58
Обед	Салат из свеклы с чесноком	30,0	37	50,0	62
	Рассольник ленинградский с мясом к1	150,0	93	200,0	125
	Печень, тушеная в соусе к1	60,0	94	70,0	109
	Пюре картофельное к1	100,0	91	150,0	137
	Компот из смеси свежих ягод к1	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный к1	35,0	71	53,4	108
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Салат из моркови и яблок к1	30,0	27	50,0	45
	Запеканка из творога 3 к1	145,0	223	150,0	231
	Молоко к1	150,0	80	192,5	102
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	35,0	92	40,1	105