



*Заведующий МБДОУ №109
И.В. Ткаченко И.И.*

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

Меню

4 июня 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	30,0	79
	Сыр к1	6,0	21	10,0	34
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	чай с молоком к1	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок грушевый к1			140,0	67
	Сок 0,2 грушевый к1	100,0	48		
Обед	Салат из свеклы с огурцами консервированными	30,0	44	50,0	73
	Суп из овощей на курином бульоне к1	150,0	111	180,0	133
	Плов из отварной курицы к1	130,0	270	170,0	353
	Компот из изюма к1	150,0	73	180,0	88
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	44,5	90
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Омлет натуральный с маслом к1	130,0	195	150,0	225
	Горошек зеленый консервированный отварной для поджаривания к1	30,0	12	40,0	16
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	155,0	34
	Батон в/с к1	20,0	52	27,0	71
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	