



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №109
И.И. Тамбова И.И.

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

**Меню
6 июня 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая к1	150,0	78	180,0	94
	Батон в/с к1	30,0	79	36,8	97
	масло сливочное 5 к1	4,0	29	5,0	37
	Сыр к1	6,0	21	10,0	34
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Кофейный напиток с молоком к1	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Яблоко свежее к1	80,0	47	112,1	66
Обед	Суп картофельный с рыбой к1	150,0	79	180,0	95
	Каша пшенная рассыпчатая. к1	90,0	153	110,0	187
	Мясо тушеное 1 к1	60,0	156	80,0	208
	Кисель из джема.	150,0	49	180,0	59
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	36,4	74
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Винегрет овощной.	120,0	101	150,0	127
	Яйцо варёное к1	30,0	16	60,5	32
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Сдоба обыкновенная к1	50,0	191	55,0	210
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Хлеб ржано-пшеничный к1	27,0	55	35,0	71