

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МЕ

**Меню
7 марта 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийн ость	Вес	Калорийн ость
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшеничная) к1	150,0	59	180,0	70
	масло сливочное 5 к1	4,0	29	5,0	37
	Сыр к1	8,0	27	9,9	34
	Батон в/с к1	30,0	79	40,0	105
	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			105,3	54
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями 200 к1	150,0	69	200,0	92
	Котлеты рубленые к1	60,0	146	80,0	195
	Соус молочный к блюдам 2-ой вариант к1	23,4	25	30,0	32
	Капуста тушеная к1	110,0	86	130,0	102
	Компот из свежих яблок к1	150,0	33	180,0	39
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	63,9	129
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненн ый полдник	Икра морковная к1	30,0	38	50,0	64
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ(с соусом молочным для запекания) к1	150,0	232	200,0	309
	Чай с вареньем к1	150,0	30	180,0	36
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	30,0	79	35,0	92