

Утверждено:
 21.03.25
 10.03.25

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МБ

Меню
11 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая. к1	155,0	174	185,0	208
	масло сливочное 5 к1	4,0	29	5,0	37
	Батон в/с к1	25,0	66	30,0	79
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Кофейный напиток с молоком к1	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Сок 0,2 персиковый к1	100,0	51		
	Сок персиковый к1			113,6	58
Обед	Салат из отварной моркови с зеленым горошком к1	30,0	33	50,0	55
	Борщ с капустой и картофелем с мясом 200 к1	150,0	101	180,0	121
	Биточки рубленые к1	60,0	146	80,0	195
	Картофель в молоке к1	100,0	114	130,0	148
	Компот из смеси сухофруктов без сахара к1	150,0	83	179,6	100
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	54,6	110
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Сырники из творога к1	125,0	209	135,0	226
	Молоко .	150,0	54	179,3	65
	Батон в/с к1	20,0	52	26,6	70
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Яблоко свежее	80,0	35	100,0	44