

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

Меню

11 апреля 2025 г.

МЕ

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	42,7	112
	масло сливочное 5 к1	4,0	29	5,0	37
	Сыр к1	8,0	27	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	100,0	59
Обед	Суп картофельный с рыбой к1	150,0	79	180,0	95
	Мясо тушеное 1 к1	60,0	156	80,0	208
	Макаронные изделия отварные с маслом к1	100,0	122	140,0	170
	Кисель	150,0	86	180,0	103
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	36,0	73
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Винегрет овощной	130,0	106	150,0	123
	Яйцо варёное к1	30,0	16	59,8	31
	Ватрушка с творогом.	50,0	144	60,0	172
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Хлеб ржано-пшеничный к1	25,0	51	30,0	61
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	