

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МБ

**Меню
15 мая 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая. к1	150,0	169	180,0	202
	Сыр к1	6,0	21	10,0	34
	Батон в/с к1	25,0	66	35,1	92
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Чай с сахаром к1	150,0	33	180,0	39
Второй завтрак	Сок грушевый к1			108,1	52
	Сок 0,2 грушевый к1	100,0	48		
Обед	Салат из свеклы с огурцами консервированными к1	30,0	44	40,0	59
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 2 к1	150,0	62	180,0	74
	Курица отварная в соусе к1	70,0	177	83,8	212
	Рис отварной к1	100,0	107	150,0	161
	Компот из смеси сухофруктов без сахара к1	150,0	83	179,5	100
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	59,5	120
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью к1	130,0	180	140,0	194
	Молоко сгущенное 8,5% к1	10,0	32	16,8	54
	Молоко 150 к1	150,0	90	178,2	107
	Батон в/с к1	25,0	66	31,1	82
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	