

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

Меню

17 апреля 2025 г.



Прием пищи	Наименование блюда	Полд 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая. к1	150,0	169	180,0	202
	Сыр к1	8,0	27	10,0	34
	Батон в/с к1	25,0	66	36,7	96
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Чай с сахаром к1	150,0	33	180,0	39
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый к1	100,0	48		
	Сок грушевый к1			108,1	52
Обед	Салат из свеклы с огурцами консервированными к1	30,0	44	50,0	73
	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	88,0	223
	Рис отварной к1	100,0	107	130,0	140
	Компот из смеси сухофруктов без сахара к1	150,0	83	181,0	101
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	61,0	123
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью к1	130,0	180	150,0	208
	Молоко сгущенное 8,5% к1	10,0	32	17,3	55
	Молоко 150 к1	150,0	90	168,8	101
	Батон в/с к1	30,0	79	40,1	105
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	