



МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МЕ

Меню **18 февраля 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 1 к1	150,0	144	180,0	173
	Батон в/с к1	25,0	66	30,0	79
	масло сливочное 5 к1	3,0	22	4,0	29
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	чай с молоком к1	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 виноградный к1	100,0	51		
	Сок виноградный к1			111,1	57
Обед	Салат из свеклы с чесноком	30,0	37	50,0	62
	Рассольник ленинградский с мясом к1	150,0	93	180,0	112
	Печень, тушеная в соусе к1	60,0	94	70,0	109
	Пюре картофельное к1	110,0	101	150,0	137
	Компот из смеси свежих ягод. к1	160,0	59	150,0	56
	Хлеб ржано-пшеничный к1	35,0	71	48,5	98
	Соль йодированная к1	1,0		2,0	
Уплотненный полдник	Салат из моркови и яблок к1	40,0	36	50,0	45
	Запеканка из творога 3 к1	145,0	223	150,0	231
	Батон в/с к1	35,0	92	37,8	99
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Молоко к1	150,0	80	185,2	98