

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

Меню

24 января 2025 г.



МЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшеничная) к1	150,0	59	180,0	70
	масло сливочное 5 к1	4,0	29	5,0	37
	Сыр к1	8,0	27	12,1	41
	Батон в/с к1	28,0	73	38,4	101
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	чай с молоком к1	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок 0,2 виноградный к1	106,7	54		
	Сок виноградный к1			111,1	57
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями 200 к1	150,0	69	180,0	82
	Котлеты рубленые к1	60,0	146	80,0	195
	Соус молочный к блюдам 2-ой вариант к1	23,4	25	30,0	32
	Капуста тушеная к1	100,0	78	130,0	102
	Кисель из черной смородины.	150,0	37	180,0	45
	Хлеб ржано-пшеничный к1,			47,0	103
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61		
	Соль йодированная к1	1,0		2,0	
Уплотненный полдник	Икра морковная к1	30,0	38	50,0	64
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ(с соусом молочным для запекания) к1	160,0	247	200,0	309
	Чай с вареньем к1	150,0	30	180,0	36
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Батон в/с к1	30,0	79	32,0	84