

Утверждаю:
 зав. Палогенков И.И.
 24.01.15

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МЕ

Меню
27 января 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша манная молочная жидкая. к1	150,0	144	180,0	173
	Бутерброд с джемом к1	30,0	39	35,0	45
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Какао с молоком к1	150,0	84	180,0	101
Второй завтрак	Сок 0,2 яблочный к1	106,7	49		
	Сок яблочный к1			111,1	51
Обед	Салат из солёных огурцов с луком к1	30,0	17	50,0	28
	Суп фасолевый с мясом...	157,5	57	189,0	69
	Голубцы ленивые к1	150,0	230	180,0	276
	Компот из смеси свежих ягод к1	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	47,0	95
	Соль йодированная к1	1,0		2,0	
Уплотненный полдник	Салат из свеклы с чесноком к1	30,0	37	50,0	62
	Котлета рыбная любительская к1	55,0	109	75,0	149
	Макаронные изделия отварные с маслом к1	100,0	122	130,0	158
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Батон в/с к1	25,0	66	24,7	65