

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МЕ

**Меню
27 марта 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша жидкая молочная Дружба. к1	155,0	126	180,0	146
	Бутерброд с джемом к1	30,0	39	35,0	45
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Какао с молоком1 к1	150,0	84	180,0	101
Второй завтрак	Сок 0,2 яблочный к1	100,0	46		
	Сок яблочный к1			102,6	47
Обед	Огурцы консервированные к1	30,0	3	53,5	6
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне к1	150,0	53	200,0	71
	Жаркое по-домашнему1 к1	160,0	230	180,0	259
	Компот из смеси свежих ягод. к1	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	55,2	112
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Овощи тушеные.	130,0	70	150,0	81
	Тефтели рыбные к1	60,0	107	75,0	134
	Чай с сахаром к1	150,0	33	180,0	39
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	30,0	79	32,7	86