

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

Меню

27 мая 2025 г.



МЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Если 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	31,7	83
	масло сливочное 5 к1	3,0	22	4,0	29
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	чай с молоком к1	150,0	52	180,0	62
Второй завтрак	Сок виноградный к1			100,0	51
	Сок 0,2 виноградный к1	100,0	51		
Обед	Рассольник ленинградский с мясом к1	150,0	93	180,0	112
	Печень, тушеная в соусе к1	60,0	94	80,0	125
	Пюре картофельное к1	100,0	91	150,0	137
	Компот из смеси свежих ягод к1	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	54,5	110
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Салат из моркови и яблок к1	30,0	27	40,0	36
	Запеканка из творога 3 к1	120,0	184	140,0	215
	Молоко к1	150,0	80	178,5	95
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	35,0	92	30,0	79