

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МЕ

Меню

28 февраля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая к1	150,0	78	180,0	94
	Батон в/с к1	35,0	92	47,5	125
	масло сливочное 5 к1	4,0	29	5,0	37
	Сыр к1	8,0	27	10,0	34
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Кофейный напиток с молоком к1	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Сок 0,2 яблочный к1	100,0	46		
	Сок яблочный к1			107,1	49
Обед	Суп картофельный с рыбой к1	150,0	79	180,0	95
	Макаронные изделия отварные с маслом к1	110,0	134	150,0	183
	Мясо тушеное 1 к1	60,0	156	80,0	208
	Компот из свежих яблок к1	150,0	33	180,0	39
	Хлеб ржано-пшеничный к1	35,0	71	45,5	92
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Винегрет овощной	130,0	106	150,0	123
	Яйцо варёное к1	30,0	16	60,2	32
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Сдоба обыкновенная к1	50,0	191	60,0	229
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	45,0	91