

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МБ

Меню
28 мая 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с крупой (ячневая) к1	150,0	104	180,0	124
	Бутерброд с джемом к1	31,0	40	40,0	52
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Кофейный напиток с молоком к1	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Сок яблочный к1			100,0	46
	Сок 0,2 яблочный к1	100,0	46		
Обед	Борщ с капустой и картофелем 200 к1	150,0	43	180,0	52
	Тефтели мясные (ёжики) к1	65,0	152	75,0	175
	Макаронные изделия отварные с маслом к1	100,0	122	140,0	170
	Компот из изюма к1	150,0	73	180,0	88
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	52,7	107
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Овощи тушеные.	130,0	70	150,0	81
	Яйцо варёное к1	30,0	16	59,8	31
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Сдоба обыкновенная к1	50,0	191	55,0	210
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	