

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

**Меню
29 апреля 2025 г.**



МЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 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	30,0	79
	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	106,7	54		
Обед	Салат из свеклы с чесноком	30,0	37	50,0	62
	Рассольник ленинградский с мясом к1	150,0	93	180,0	112
	Печень, тушеная в соусе к1	60,0	94	70,0	109
	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	37,0	75	68,0	137
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Салат из моркови и яблок к1	30,0	27	50,0	45
	Запеканка из творога 3 к1	145,0	223	150,0	231
	Молоко к1	150,0	80	171,9	91
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	35,0	92	33,3	87