

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МБ

Меню

29 мая 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая. к1	150,0	169	180,0	202
	Сыр к1	6,0	21	10,1	35
	Батон в/с к1	25,0	66	34,7	91
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Чай с сахаром к1	150,0	33	180,0	39
Второй завтрак	Сок грушевый к1			125,0	60
	Сок 0,2 грушевый к1	100,0	48		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 2 к1	150,0	62	180,0	74
	Курица отварная в соусе к1	60,0	152	82,3	208
	Рис отварной к1	100,0	107	140,0	150
	Компот из смеси сухофруктов без сахара к1	150,0	83	179,4	100
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	49,7	100
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью к1	110,0	152	135,0	187
	Молоко сгущенное 8,5% к1	10,0	32	20,0	64
	Молоко 150 к1	150,0	90	186,7	112
	Батон в/с к1	20,0	52	25,0	66
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	