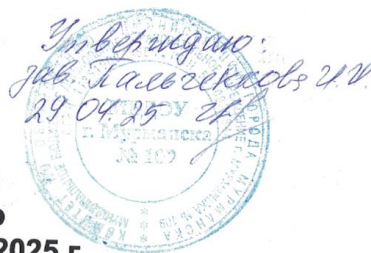


МБДОУ г. Мурманска №109 к2

**Меню
30 апреля 2025 г.**



М

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	35,0	45	40,0	52
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Кофейный напиток с молоком к1	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Яблоко свежее к1	80,0	47	100,0	59
Обед	Салат из отварной моркови с зеленым горошком к1	30,0	33	40,0	44
	Борщ с капустой и картофелем с мясом 200 к2	150,0	101	180,0	121
	Тефтели мясные (ёжики) к1	55,0	129	75,0	175
	Картофель отварной к1	110,0	83	150,0	113
	Компот из изюма к1	150,0	73	180,0	88
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	50,9	103
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Уплотненный полдник				
	Овощи тушеные.	150,0	81	170,0	91
	Яйцо варёное к1	30,0	16	60,0	32
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	25,0	66	32,4	85