

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

М

Меню
31 марта 2025 г.

Утверждаю:
Зав. Табеевков, И.И.
28.03.25

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша манная молочная жидкая. к1	150,0	144	180,0	173
	Батон в/с к1	30,0	79	31,6	83
	Сыр к1	6,0	21	9,9	34
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Какао с молоком к1	150,0	84	180,0	101
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый к1	106,7	51		
	Сок грушевый к1			100,0	48
Обед	Огурцы консервированные к1	30,0	3	50,4	6
	Свекольник на мясном бульоне к1	150,0	74	180,0	89
	Гуляш из отварного мяса 1 к1	60,0	141	80,0	187
	Каша гречневая рассыпчатая к1	100,0	180	120,0	216
	Компот из смеси сухофруктов без сахара к1	150,0	83	180,2	100
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Хлеб ржано-пшеничный 1 к1	30,0	55	54,6	99
Уплотненный полдник	Котлеты рыбные к1	55,0	102	75,0	140
	Капуста тушеная к1	130,0	102	150,0	118
	Чай с вареньем к1	150,0	30	180,0	36
	Соль йодированная к1	1,0		1,0	
	Батон в/с к1	30,0	79	33,1	87