

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МБД

Меню
18 ноября 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша манная молочная жидкая. к1	154,0	148	180,0	173
	Бутерброд с джемом к1	30,0	39	35,0	45
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Какао с молоком к1	150,0	84	180,0	101
Второй завтрак	Сок 0,2 яблочный к1	109,1	50		
	Сок яблочный к1			108,7	50
Обед	Салат из солёных огурцов с луком к1	30,0	17	50,0	28
	Суп картофельный с бобовыми к1	150,0	93	200,0	125
	Голубцы ленивые к1	150,0	230	200,0	306
	Компот из смеси свежих ягод к1	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	49,4	100
	Соль йодированная к1	1,0		2,0	
Уплотнённый полдник	Салат из свеклы с чесноком к1	30,0	37	50,0	62
	Котлета рыбная любительская к1	55,0	109	75,0	149
	Макаронные изделия отварные с маслом к1	110,0	134	130,0	158
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Батон в/с к1	25,0	66	27,8	73