

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МБ

Меню

21 ноября 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша жидкая молочная Дружба. к1	155,0	126	180,0	146
	Бутерброд с джемом к1	30,0	39	35,0	45
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Какао с молоком1 к1	150,0	84	180,0	101
Второй завтрак	Сок 0,2 яблочный к1	100,0	46		
	Сок яблочный к1			104,2	48
Обед	Огурцы консервированные к1	30,0	3	47,5	5
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне к1	150,0	53	200,0	71
	Жаркое по-домашнему к1	150,0	216	200,0	288
	Компот из смеси свежих ягод. к1	150,0	56	180,0	67
	Хлеб ржано-пшеничный к1	30,0	61	48,1	97
	Соль йодированная к1	1,0		2,0	
Уплотненный полдник	Овощи тушеные.	130,0	70	150,0	81
	Тефтели рыбные к1	60,0	107	75,0	134
	Батон в/с к1	30,0	79	34,8	91
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Чай с сахаром к1	180,0	39	180,0	39