



МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МЕ

Меню
22 ноября 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая к1	150,0	78	180,0	94
	Батон в/с к1	25,0	66	31,9	84
	масло сливочное 5 к1	4,0	29	5,0	37
	Сыр к1	8,0	27	10,1	35
	Кофейный напиток с молоком к1	150,0	77	180,0	93
Второй завтрак	Яблоко свежее к1	95,0	56	100,0	59
Обед	Икра кабачковая к1	30,0	23	48,1	38
	Суп картофельный с рыбой к1	150,0	79	180,0	95
	Макаронные изделия отварные с маслом к1	110,0	134	150,0	183
	Мясо тушеное 1 к1	60,0	156	80,0	208
	Кисель из черной смородины.	150,0	37	180,0	45
	Хлеб ржано-пшеничный к1			38,8	78
	Хлеб ржано-пшеничный	25,0	102		
Уплотненный полдник	Винегрет овощной	120,0	98	150,0	123
	Яйцо варёное к1	30,0	16	59,7	31
	Чай с лимоном. к1	150,0	33	180,0	39
	Ватрушка с творогом.	55,0	158	65,0	187
	Хлеб ржано-пшеничный к1	25,0	51		
	Хлеб ржано-пшеничный			35,0	143