

МБДОУ г. Мурманска №109 к2

МЕ

Меню
28 ноября 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийн ость	Вес	Калорийн ость
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая. к1	150,0	169	180,0	202
	Сыр к1	8,0	27	9,9	34
	Батон в/с к1	25,0	66	36,4	95
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Чай с сахаром к1	150,0	33	180,0	39
Второй завтрак	Сок 0,2 грушевый к1	109,1	52		
	Сок грушевый к1			106,4	51
Обед	Огурец свежий к1	30,0	4	46,4	6
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 2 к1	150,0	62	200,0	82
	Курица отварная в соусе к1	55,0	139	73,0	185
	Рис отварной к1	110,0	118	150,0	161
	Компот из смеси сухофруктов без сахара к1	150,0	83	180,6	100
	Хлеб ржано-пшеничный к1	25,0	51	48,6	98
	Соль йодированная к1	1,0		2,0	
Уплотненн ый полдник	Запеканка из творога с морковью к1	130,0	180	150,0	208
	Молоко сгущенное 8,5% к1	10,0	32	13,8	44
	Молоко 150 к1	150,0	90	185,1	111
	Банан к1	95,0	91	111,8	107
	Соль йодированная к1	1,0		1,5	
	Батон в/с к1	30,0	79	40,1	105