



Подтверждаю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2

Матвеева И.Г.

13.12.2024г.

**Меню
16 Декабрь 2024 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	130,0	85	150,0	98
	Хлеб с маслом и яйцом 2022.	55,0	133	55,0	133
	Чай с молоком (1-й вариант)	180,0	73	200,0	81
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Второй завтрак	Ряженка с сахаром.	115,0	71	115,0	71
Обед	Суп с макаронными изделиями	180,0	87	200,0	97
	Биточки рыбные запеченные 2022.	50,0	61	70,0	85
	Картофель отварной	120,0	122	150,0	153
	Салат из горошка зеленого консервированного.	30,0	25	60,0	50
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	40,0	72	46,7	84
	Сок яблочный.	186,7	79		
	Сок яблочный			184,8	170
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Огурец свежий (порционный)	30,0	3	30,4	3
	Батон нарезной	20,0	53	20,0	53
	Компот из смородины черной	180,0	64	180,0	64
	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью.			175,0	212
	Апельсины 2022	100,0	43	104,4	45
	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью.	135,0	163		
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0