



Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46  
Матвеева И.Г.

17.12.2024г.

**Меню**  
**18 Декабрь 2024 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	130,0	131	150,0	151
	Батон нарезной	20,0	53	25,6	68
	Чай с лимоном	150,0	27		
	Чай с лимоном (1-й вариант)			200,0	61
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	107,0	93	105,0	91
Обед	Салат из свежих огурцов	42,0	27	57,0	37
	Суп с рыбными консервами	150,0	115	180,0	138
	Котлеты, рубленые из птицы с соусом.	76,0	132		
	Пюре картофельное	110,0	101		
	Котлеты, рубленые из птицы с соусом .			77,0	134
	Компот из кураги	180,0	103	180,0	103
	Пюре картофельное.			130,0	119
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	45,4	81
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Фрикадельки, из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком	60,0	95		
	Макаронные изделия отварные	110,0	124		
	Фрикадельки из, мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком			80,0	134
	Мандарины	106,0	40	106,4	40
	Макаронные изделия отварные			130,0	146
	Напиток из шиповника	150,0	59	180,0	70
	Батон нарезной	20,0	53	20,0	53
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0