



Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46
Матвеева И.Г.
18.12.2024г.

Меню
19 Декабрь 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша "Дружба"	150,0	143	150,0	143
	Бутерброды с сыром (3-й вариант) .			25,0	93
	Бутерброды с сыром (3-й вариант).	22,0	80		
	Кофейный напиток	180,0	57	200,0	63
	Батон "Умница" обогащенный йодкозеейном	10,0	23	10,0	23
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Второй завтрак	Молоко кипяченое	100,0	54	104,1	56
	Печенье сдобное	20,0	90	20,0	90
Обед	Икра кабачковая (промышленного производства)	40,0	47	48,7	57
	Борщ с капустой и с картофелем	180,0	74	200,0	82
	Суфле рыбное..	50,0	56		
	Суфле рыбное ..			75,0	84
	Рис отварной	120,0	168		
	Рис отварной			140,0	196
	Компот из смеси сухофруктов	150,0	83	180,0	99
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	43,1	78
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Салат из белокочанной капусты с морковью	30,0	41	60,0	82
	Запеканка картофельная, с печенью	130,0	116		
	Банан	105,0	101	105,5	101
	Сок персиковый	153,3	104		
	Батон "Умница" обогащенный йодкозеейном	20,0	47	20,9	49
	Запеканка картофельная, с печенью			150,0	134
	Сок персиковый			175,2	119
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0