



Затверждаю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

19.12.2024г.

Меню

20 Декабрь 2024 г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Ясли 12 часов | | Сад 12 часов | |
|---------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|
| | | Вес | Калорийность | Вес | Калорийность |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная жидкая | 150,0 | 135 | 200,0 | 181 |
| | Батон нарезной | 20,0 | 53 | 25,6 | 68 |
| | Кофейный напиток на сгущенном молоке | 180,0 | 104 | 200,0 | 115 |
| | Рыбный жир в капсулах | | | 2,0 | 0 |
| Второй завтрак | Кефир с сахаром. | 105,0 | 70 | 104,0 | 69 |
| Обед | Винегрет овощной | 30,0 | 28 | 50,0 | 47 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180,0 | 73 | 200,0 | 81 |
| | Тефтели из мяса говядины в молочном соусе, | 60,0 | 111 | | |
| | Тефтели из мяса говядины в молочном соусе,, | | | 70,0 | 129 |
| | Картофель отварной в молоке | 110,0 | 110 | | |
| | Компот из свежих плодов (яблок) | 150,0 | 73 | 180,0 | 88 |
| | Картофель отварной в молоке | | | 150,0 | 150 |
| | Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином | 40,0 | 72 | 43,0 | 77 |
| | Рыбный жир в капсулах | | | 2,0 | 0 |
| Уплотненный полдник | Суфле творожное, соус яблочный | 135,0 | 210 | | |
| | Булочка домашняя | 30,0 | 117 | 30,0 | 117 |
| | Кисель из смородины черной | 150,0 | 65 | 180,0 | 78 |
| | Суфле творожное, соус яблочный | | | 147,0 | 216 |
| | Груши | 111,0 | 52 | 111,5 | 52 |
| | Рыбный жир в капсулах | | | 2,0 | 0 |