



Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

20.12.2024г.

Меню
23 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..	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.	110,0	68	111,0	69
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	40,0	24	60,0	36
	Рассольник "Ленинградский", со сметаной	180,0	98		
	Рассольник "Ленинградский", со сметаной			190,0	103
	Котлеты из говядины.	50,0	92	80,0	147
	Капуста тушеная	120,0	86	130,0	94
	Компот из изюма	150,0	92	180,0	110
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	45,6	82
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные паровые, соус польский(1-й вариант).	60,0	87		
	Пюре картофельное с морковью,	110,0	92	130,0	108
	Напиток из шиповника	150,0	59	180,0	70
	Тефтели рыбные паровые, соус польский (1-й вариант) .			80,0	104
	Яблоки	95,0	42	100,0	44
	Батон "Умница" обогащенный йодкозеейном	20,0	47	19,1	44
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0