



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2  
Матвеева И.Г.

20.12.2024г.

Меню

28 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.	105,0	65	107,0	66
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	40,0	24	60,0	36
	Рассольник "Ленинградский", со сметаной	160,0	87		
	Рассольник "Ленинградский", со сметаной			190,0	103
	Капуста тушеная	120,0	86	130,0	94
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	43,8	79
	Компот из изюма	150,0	92	180,0	110
	Котлеты из говядины 2024	50,0	92	80,0	147
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные паровые, соус польский (1-й вариант) 2022.	60,0	87		
	Пюре картофельное с морковью,	110,0	92	130,0	108
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,0	47	20,0	47
	Тефтели рыбные паровые, соус польский (1-й вариант) 2022.			80,0	104
	Напиток из шиповника	150,0	59	180,0	70
	Яблоки	95,0	42	100,1	44
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0