



Утверждаю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2

Матвеева И.Г.

10.12.2024г.

Меню

11 Декабрь 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	130,0	130	175,0	175
	Бутерброды с маслом (3-й вариант) 2022.	15,0	56	15,0	56
	Чай с джемом			195,0	44
	Чай с джемом	160,0	29		
	Батон нарезной	10,0	27	10,0	27
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	115,0	100	117,9	103
	Галеты	20,0	79	20,0	79
Обед	Винегрет овощной ²⁴	40,0	52	60,0	78
	Щи из свежей капусты с картофелем ²⁴	150,0	50	200,0	66
	Суфле рыбное,	60,0	67		
	Суфле рыбное..			75,0	84
	Пюре картофельное	120,0	110	150,0	137
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	40,0	72	44,7	80
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
	Компот из свежих яблок	180,0	103	180,0	103
Уплотненный полдник	Каша вязкая гречневая	120,0	116		
	Батон нарезной	20,0	53	20,0	53
	Каша вязкая гречневая			130,0	126
	Мандарины	95,0	36	99,7	38
	Компот из кураги	150,0	86	180,0	103
	Фрикадельки из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком ²⁴	60,0	95		
	Фрикадельки из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком 2024			80,0	134
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0