



Утверждаю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

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) .	15,0	56	15,0	56
	Батон нарезной	10,0	27	11,2	30
	Чай с джемом			195,0	44
	Чай с джемом	160,0	29		
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	118,0	103	115,0	100
	Галеты	20,0	79	20,0	79
Обед	Винегрет овощной.	40,0	52	60,0	78
	Щи из свежей капусты с картофелем	150,0	50	200,0	66
	Суфле рыбное,	60,0	67		
	Суфле рыбное ..			75,0	84
	Пюре картофельное	120,0	110		
	Пюре картофельное.			150,0	137
	Компот из свежих яблок	180,0	103	180,0	103
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	45,2	81
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Фрикадельки, из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком	60,0	95		
	Каша вязкая гречневая	120,0	116		
	Мандарины	106,0	40	106,7	41
	Фрикадельки из, мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком			80,0	134
	Компот из кураги	150,0	86	180,0	103
	Каша вязкая гречневая			130,0	126
	Батон нарезной	20,0	53	20,0	53
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0