



Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

11.12.2024г.

Меню  
12 декабря 2024 г.

| Прием пищи          | Наименование блюда                                  | Ясли 12 часов |              | Сад 12 часов |              |
|---------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|
|                     |   | Вес           | Калорийность | Вес          | Калорийность |
| Завтрак             | Каша "Дружба"                                       | 150,0         | 143          | 150,0        | 143          |
|                     | Бутерброды с сыром (3-й вариант)..                  |               |              | 25,0         | 93           |
|                     | Бутерброды с сыром (3-й вариант).                   | 22,0          | 80           |              |              |
|                     | Батон нарезной                                      | 10,0          | 27           | 10,9         | 29           |
|                     | Кофейный напиток                                    | 180,0         | 57           | 200,0        | 63           |
|                     | Рыбный жир в капсулах                               |               |              | 2,0          | 0            |
| Второй завтрак      | Простокваша фруктовая с наполнителем "Латошка" 2,5% | 100,0         | 57           | 96,9         | 55           |
| Обед                | Икра кабачковая (промышленного производства)        | 40,0          | 47           | 60,0         | 71           |
|                     | Суп-лапша на курином бульоне                        | 180,0         | 70           | 200,0        | 78           |
|                     | Птица тушеная                                       | 61,0          | 84           |              |              |
|                     | Птица тушеная.                                      |               |              | 80,0         | 111          |
|                     | Рис отварной  | 120,0         | 168          |              |              |
|                     | Компот из яблок с лимоном                           | 150,0         | 77           | 180,0        | 93           |
|                     | Рис отварной  |               |              | 150,0        | 210          |
|                     | Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином             | 40,0          | 72           | 44,5         | 80           |
|                     | Рыбный жир в капсулах                               |               |              | 2,0          | 0            |
| Уплотненный полдник | Тефтели из мяса говядины в молочном соусе,          | 60,0          | 111          |              |              |
|                     | Рагу из овощей                                      | 110,0         | 94           |              |              |
|                     | Банан   | 95,0          | 91           | 99,0         | 95           |
|                     | Тефтели из мяса говядины в молочном соусе,,         |               |              | 70,0         | 129          |
|                     | Сок вишневый  | 153,3         | 78           |              |              |
|                     | Рагу из овощей                                      |               |              | 130,0        | 84           |
|                     | Батон нарезной                                      | 20,0          | 53           | 20,0         | 53           |
|                     | Сок вишневый  |               |              | 175,7        | 90           |
|                     | Рыбный жир в капсулах                               |               |              | 2,0          | 0            |