



Серждаю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

28.12.2024г.

Меню

9 Январь 2025 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 "Умница" обогащенный йодкозеейном	10,0	23	10,0	23
	Кофейный напиток	180,0	57	200,0	63
Второй завтрак	Молоко кипяченое	100,0	54	102,9	55
	Печенье сдобное	20,0	90	20,0	90
Обед	Икра кабачковая (промышленного производства)	40,0	47	50,5	60
	Щи из свежей капусты с картофелем	180,0	60	200,0	66
	Котлеты рыбные.	50,0	65	75,0	97
	Рис отварной			140,0	196
	Рис отварной	120,0	168		
	Компот из смеси сухофруктов	150,0	83	180,0	99
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	46,5	84
Уплотненный полдник	Салат из белокочанной капусты с морковью	30,0	41	60,0	82
	Запеканка картофельная, с печенью	130,0	116		
	Запеканка картофельная, с печенью			150,0	134
	Банан	90,0	86	95,0	91
	Сок персиковый	153,3	104		
	Сок персиковый			178,6	121
	Батон "Умница" обогащенный йодкозеейном	20,0	47	19,6	46