



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

13.01.2025г.

Меню

14 Январь 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая			175,0	175
	Каша пшеничная молочная жидкая	150,0	150		
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,0	47	24,6	57
	Масло (порциями)	3,0	20	3,0	20
	Сыр (порциями)	7,0	25	7,0	25
	Чай с сахаром	180,0	34		
	Какао с молоком сгущенным. (2-й вариант)			200,0	118
Второй завтрак	Кефир с сахаром	95,0	63	95,0	63
Обед	Свекольник, со сметаной 2022.			200,0	99
	Свекольник, со сметаной 2022.	180,0	92		
	Запеканка картофельная, с печенью			150,0	134
	Запеканка картофельная, с печенью	130,0	116		
	Соус томатный с овощами	50,0	45	50,0	45
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	45,8	83
	Салат из капусты белокочанной и огурцов 2022.	40,0	28	56,0	39
	Сок яблочный.	154,6	65		
	Сок яблочный			184,5	78
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью, соус молочный (сладкий)	140,0	266	160,0	304
	Груши	90,0	42	94,0	44
	Чай с лимоном	180,0	37		
	Чай с лимоном (1-й вариант)			200,0	61