



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

20.01.2025г.

Меню
21 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 нарезной	25,0	66	25,9	69
	Масло (порциями)	3,0	20	3,0	20
	Сыр (порциями)	7,0	25	7,0	25
	Какао с молоком сгущенным. (2-й вариант)			200,0	118
	Чай с повидлом	165,0	32		
Второй завтрак	Кефир с сахаром	105,0	70	105,0	70
Обед	Икра свекольная			60,0	64
	Икра свекольная	40,0	42		
	Суп с рисовой крупой	180,0	87	200,0	96
	Котлеты "Школьные" 2024	55,0	116	76,0	160
	Капуста тушеная	110,0	79	150,0	108
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	40,0	72	40,4	72
	Компот из изюма	180,0	110	180,0	110
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью, соус молочный (сладкий)	140,0	266	160,0	304
	Яблоки	95,0	42	100,0	44
	Чай с сахаром	190,0	40	190,0	40