

Утверждаю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

21.01.2025г.

Меню
22 Январь 2025 г.



Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	130,0	131	150,0	151
	Батон нарезной	20,0	53	26,5	70
	Чай с лимоном (1-й вариант)			200,0	61
	Чай с лимоном	150,0	27		
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	102,0	89	102,9	90
Обед	Салат из свежих огурцов	41,0	27	52,0	34
	Суп с рыбными консервами	150,0	115	180,0	138
	Котлеты, рубленые из птицы с соусом.	50,0	87		
	Котлеты, рубленые из птицы с соусом .			70,0	122
	Пюре картофельное	110,0	101		
	Пюре картофельное.			130,0	119
	Компот из кураги	180,0	103	180,0	103
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	43,6	78
Уплотненный полдник	Фрикадельки из, мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком			80,0	134
	Фрикадельки, из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком	60,0	95		
	Макаронные изделия отварные			130,0	146
	Макаронные изделия отварные	110,0	124		
	Мандарины	101,0	38	101,1	38
	Напиток из шиповника	150,0	59	180,0	70
	Батон нарезной	20,0	53	20,0	53