



Утверждаю  
 Заведующий МБОУ «Мурманска № 46»  
 Матвеева И.Г.

27.01.2025г.  
 Меню  
 28 Январь 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая			175,0	175
	Каша пшенная молочная жидкая	150,0	150		
	Масло (порциями)	3,0	20	3,3	22
	Сыр (порциями)	7,0	25	7,0	25
	Батон "Умница" обогащенный йодкозейном	20,0	47	24,5	57
	Какао с молоком сгущенным (2-й вариант)			200,0	118
	Чай с сахаром.	180,0	34		
Второй завтрак	Кефир с сахаром.	105,0	70	110,0	73
Обед	Салат из капусты белокочанной и огурцов	40,0	28	59,0	41
	Свекольник, со сметаной	180,0	92		
	Свекольник, со сметаной			200,0	99
	Запеканка картофельная, с печенью	130,0	116		
	Запеканка картофельная, с печенью			150,0	134
	Соус томатный с овощами	50,0	45	50,0	45
	Сок яблочный 0,2	175,6	81		
	Сок яблочный			182,4	168
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	46,9	85
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью, соус молочный (сладкий)	150,0	285		
	Запеканка из творога с морковью, соус молочный(сладкий)			151,0	287
	Груши	100,0	47	100,7	47
	Чай с лимоном	197,0	41		
	Чай с лимоном (1-й вариант)			200,0	61