



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

28.01.2025г.

**Меню
29 Январь 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	130,0	130	175,0	175
	Бутерброды с маслом (3-й вариант) 2022.	15,0	56	15,0	56
	Чай с джемом			195,0	44
	Чай с джемом	160,0	29		
	Батон нарезной	10,0	27	10,0	27
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	115,0	100	115,1	100
	Галеты	20,0	79	20,0	79
Обед	Винегрет овощной ²⁴	40,0	52	60,0	78
	Щи из свежей капусты с картофелем ²⁴	150,0	50	200,0	66
	Суфле рыбное..			75,0	84
	Суфле рыбное,	60,0	67		
	Пюре картофельное	120,0	110	150,0	137
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	40,0	72	47,0	84
	Компот из свежих яблок	180,0	103	180,0	103
Уплотненный полдник	Каша вязкая гречневая			130,0	126
	Каша вязкая гречневая	120,0	116		
	Батон нарезной	19,0	50	19,3	51
	Мандарины	95,0	36	97,2	37
	Компот из кураги	150,0	86	180,0	103
	Фрикадельки из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком 2024			80,0	134
	Фрикадельки из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком ²⁴	60,0	95		