



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

29.01.2025г.

**Меню**  
**30 Январь 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша "Дружба"	150,0	143	150,0	143
	Бутерброды с сыром (3-й вариант)..			25,0	93
	Бутерброды с сыром (3-й вариант).	22,0	80		
	Батон нарезной	10,0	27	10,7	28
	Кофейный напиток	180,0	57	200,0	63
Второй завтрак	Простокваша фруктовая с наполнителем "Латошка" 2,5%	100,0	57	105,9	60
Обед	Икра кабачковая (промышленного производства)	40,0	47	60,8	72
	Суп-лапша на курином бульоне	180,0	70	200,0	78
	Птица тушеная.			80,0	111
	Птица тушеная	60,0	83		
	Рис отварной	120,0	168		
	Рис отварной			150,0	210
	Компот из яблок с лимоном	150,0	77	180,0	93
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	44,6	80
Уплотненный полдник	Тефтели из мяса говядины в молочном соусе,	60,0	111		
	Тефтели из мяса говядины в молочном соусе,,			70,0	129
	Рагу из овощей	110,0	94		
	Рагу из овощей			130,0	84
	Батон нарезной	20,0	53	20,0	53
	Банан	100,0	96	100,7	97
	Сок вишневый	150,0	77		
	Сок вишневый			174,8	89