



сверяю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2

Матвеева И.Г.

30.01.2025г.

Меню

31 Январь 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150,0	135	200,0	181
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,0	47	22,9	53
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	180,0	104	200,0	115
Второй завтрак	Молоко кипяченое	100,0	54	102,3	55
	Вафли с фруктово-ягодной начинкой	20,0	71	20,0	71
Обед	Салат из свежих огурцов	40,0	41	57,0	58
	Борщ с фасолью и картофелем	150,0	61	180,0	73
	Печень, тушенная в соусе сметанном			70,0	145
	Печень, тушенная в соусе сметанном	50,0	104		
	Макаронные изделия отварные			140,0	157
	Макаронные изделия отварные	110,0	124		
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	42,6	77
	Компот из смеси сухофруктов.	180,0	120	180,0	120
Уплотненный полдник	Булочка домашняя	30,0	117	30,0	117
	Суфле творожное, соус яблочный	135,0	210		
	Суфле творожное, соус яблочный			165,0	242
	Груши	95,0	45	93,2	44
	Кисель из смородины черной	150,0	65	180,0	78