



Утверждаю

Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

31.01.2025г.

Меню

3 Февраль 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	130,0	85	150,0	98
	Хлеб с маслом и яйцом.	55,0	133	55,0	133
	Чай с молоком (1-й вариант)	180,0	73	200,0	81
Второй завтрак	Ряженка с сахаром.	116,0	72	118,0	73
Обед	Салат из горошка зеленого консервированного.	30,0	25	60,0	50
	Суп с макаронными изделиями	180,0	87	200,0	97
	Биточки рыбные запеченные .	50,0	61	70,0	85
	Картофель отварной	120,0	122	150,0	153
	Сок яблочный			175,0	161
	Сок яблочный 0,2	177,8	82		
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	43,5	78
Уплотненный полдник	Свежий огурец	30,0	4	30,0	4
	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью,	135,0	163		
	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью,			175,0	212
	Компот из смородины черной	180,0	64	180,0	64
	Батон нарезной	20,0	53	19,4	51
	Апельсины	100,0	43	100,0	43