



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

07.02.2025г.

**Меню
10 Февраль 2025 г.**

| Прием пищи | Наименование блюда | Ясли 12 часов | | Сад 12 часов | |
|---------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|
| | | Вес | Калорийность | Вес | Калорийность |
| Завтрак | Суп молочный с рисовой крупой | 130,0 | 85 | 150,0 | 98 |
| | Хлеб с маслом и яйцом 2022.. | 55,0 | 133 | 55,0 | 133 |
| | Чай с молоком (1-й вариант) | 180,0 | 73 | 200,0 | 81 |
| Второй завтрак | Ряженка с сахаром. | 110,0 | 68 | 115,0 | 71 |
| Обед | Салат из соленых огурцов с луком | 40,0 | 24 | 60,0 | 36 |
| | Рассольник "Ленинградский", со сметаной | | | 190,0 | 103 |
| | Рассольник "Ленинградский", со сметаной | 160,0 | 87 | | |
| | Капуста тушеная | 120,0 | 86 | 130,0 | 94 |
| | Хлеб Дарницкий | 40,0 | 72 | 43,6 | 79 |
| | Компот из изюма | 150,0 | 92 | 180,0 | 110 |
| | Котлеты из говядины 2024 | 50,0 | 92 | 80,0 | 147 |
| Уплотненный полдник | Тефтели рыбные паровые, соус польский (1-й вариант) 2022. | 60,0 | 87 | | |
| | Тефтели рыбные паровые, соус польский (1-й вариант) 2022. | | | 80,0 | 104 |
| | Пюре картофельное с морковью, | 110,0 | 92 | 130,0 | 108 |
| | Батон "Умница" обогащенный йодказеином | 18,0 | 42 | 20,0 | 47 |
| | Напиток из шиповника | 150,0 | 59 | 180,0 | 70 |
| | Яблоки | 95,0 | 42 | 100,0 | 44 |