



МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 46 к2

**Меню  
5 Март 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калор ийнос ть	Вес	Калор ийнос ть
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	130,0	131	150,0	151
	Чай с лимоном	150,0	27		
	Батон нарезной	20,0	53	25,0	66
	Чай с лимоном (1-й вариант)			180,0	55
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	100,0	87	100,0	87
Обед	Салат из свежих огурцов	40,0	26	50,0	33
	Суп с рыбными консервами	150,0	115	180,0	138
	Котлеты, рубленые из птицы с соусом 2022.	50,0	87	70,0	122
	Пюре картофельное	110,0	101	130,0	119
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	40,0	72	45,0	81,
	Компот из кураги	160,0	92	180,0	103
Уплотненный полдник	Фрикадельки из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком 2024	60	95	80,0	134
	Макаронные изделия отварные	110,0	124	130,0	146
	Батон нарезной	20,0	53	20,0	53
	Мандарины	95,0	36	100,0	38
	Напиток из шиповника	150,0	59	180,0	70