



Утверждаю

Заведующий МБДОУ

Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

04 марта 2025 г.

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 46

**Меню
5 Март 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калори йность	Вес	Калори йность
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)			200,0	61
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	92,7	81	100,0	87
Обед	Салат из свежих огурцов	40,0	26	49,4	32
	Суп с рыбными консервами	150,0	115	180,0	138
	Котлеты, рубленые из птицы с соусом.	65,0	113	70,0	122
	Пюре картофельное	110,0	101	130,0	119
	Компот из кураги	180,0	103	180,0	103
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	44,2	79
Уплотненный полдник	Фрикадельки из, мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком	60	95	80,0	134
	Макаронные изделия отварные	110	124	130,0	146
	Батон нарезной	18,0	48	20,0	53
	Напиток из шиповника	150,0	59	180,0	70
	Мандарины	95,0	36	99,6	38