



Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46
Иванова И.Г.

11.03.2025г.

Меню
12 Март 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	130,0	130	175,0	175
	Бутерброды с маслом (3-й вариант)	15,0	56	15,0	56
	Батон нарезной	10,0	27	10,0	27
	Чай с джемом			195,0	44
	Чай с джемом	160,0	29		
Второй завтрак	Йогурт 2,5%	100,0	87	100,6	88
Обед	Винегрет овощной.	30,0	39	50,0	65
	Щи из свежей капусты с картофелем	150,0	50	180,0	60
	Суфле рыбное ..			75,0	84
	Суфле рыбное,	60,0	67		
	Пюре картофельное.			130,0	119
	Пюре картофельное	110,0	101		
	Компот из свежих яблок	150,0	86	180,0	103
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	45,1	81
Уплотненный полдник	Фрикадельки, из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком	60,0	95		
	Фрикадельки из, мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком			80,0	134
	Каша вязкая гречневая	110,0	107		
	Каша вязкая гречневая			130,0	126
	Мандарины	104,0	40	103,7	39
	Компот из кураги	150,0	86	180,0	103
	Батон нарезной	20,0	53	19,1	51