



утверждаю  
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46  
Матвеева И.Г.  
13.03.2025г.

Меню  
14 Март 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150,0	135	200,0	181
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	180,0	104	200,0	115
	Батон "Умница" обогащенный йодкозеейном	20,0	47	24,3	57
Второй завтрак	Молоко кипяченое	100,0	54	104,8	56
	Вафли с фруктово-ягодной начинкой	20,0	71	20,0	71
Обед	Салат из свежих огурцов)	30,0	31	52,0	53
	Борщ с фасолью и картофелем			180,0	73
	Борщ с фасолью и картофелем	150,0	61		
	Печень, тушенная в соусе сметанном	50,0	104		
	Печень, тушенная в соусе сметанном			70,0	145
	Макаронные изделия отварные	110,0	124		
	Макаронные изделия отварные			130,0	146
	Компот из смеси сухофруктов.	150,0	100	180,0	120
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	42,3	77
Уплотненный полдник	Суфле творожное, соус яблочный	135,0	210		
	Суфле творожное, соус яблочный			156,0	229
	Булочка домашняя	30,0	117	30,0	117
	Кисель из смородины черной	150,0	65	180,0	78
	Яблоки	95,0	42	100,0	44