



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

19.03.2025г.

Меню
20 Март 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша "Дружба"	150,0	143	150,0	143
	Бутерброды с сыром (3-й вариант) .			25,0	93
	Бутерброды с сыром (3-й вариант).	22,0	80		
	Батон "Умница" обогащенный йодкозеейном	10,0	23	10,0	23
	Кофейный напиток	180,0	57	200,0	63
Второй завтрак	Молоко кипяченое	100,0	54	105,9	57
	Печенье сдобное	20,0	90	20,0	90
Обед	Икра кабачковая (промышленного производства)	30,0	35	48,8	58
	Борщ с капустой и с картофелем	150,0	62	180,0	74
	Суфле рыбное ..			75,0	84
	Суфле рыбное..	50,0	56		
	Рис отварной			130,0	182
	Рис отварной	110,0	154		
	Компот из смеси сухофруктов	150,0	83	180,0	99
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	45,4	82
Уплотненный полдник	Огурец свежий (порционный)	30,0	3	30,2	3
	Запеканка картофельная, с печенью	130,0	116		
	Запеканка картофельная, с печенью			150,0	134
	Батон "Умница" обогащенный йодкозеейном	20,0	47	18,9	44
	Сок персиковый	148,4	101		
	Сок персиковый			178,6	121
	Банан	100,0	96	101,8	98