



г. Мурманск

Заседующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2

Матвеева И.Г.

27.03.2025г.

**Меню
28 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
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,0	47	21,7	50
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	180,0	104	200,0	115
Второй завтрак	Молоко кипяченое	100,0	54	102,4	55
	Вафли с фруктово-ягодной начинкой	20,0	71	20,0	71
Обед	Салат из свежих огурцов	30,0	31	58,0	59
	Борщ с фасолью и картофелем	150,0	61	180,0	73
	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
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	42,7	77
	Компот из смеси сухофруктов.	150,0	100	180,0	120
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Булочка домашняя	30,0	117	30,0	117
	Суфле творожное, соус яблочный	135,0	210		
	Кисель из смородины черной	150,0	65	180,0	78
	Яблоки	95,0	42	100,0	44
	Суфле творожное, соус яблочный			160,0	235
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0