



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2
 Матвеева И.Г.
 28.03.2025г.

Меню
31 Март 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	130,0	85	150,0	98
	Хлеб с маслом и яйцом 2022.	55,0	133	55,0	133
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
	Чай с молоком (1-й вариант)	180,0	73	200,0	81
Второй завтрак	Ряженка с сахаром (105)	105,0	71	105,0	71
Обед	Суп с макаронными изделиями	150,0	72	180,0	87
	Биточки рыбные запеченные 2022.	50,0	61	70,0	85
	Картофель отварной	110,0	112	130,0	133
	Салат из горошка зеленого консервированного.	30,0	25	50,0	42
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	40,0	72	49,3	88
	Сок яблочный.	146,7	62		
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
	Сок яблочный			178,1	164
Уплотненный полдник	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью.			175,0	212
	Батон нарезной	18,0	48	20,0	53
	Компот из смородины черной	150,0	53	180,0	64
	Апельсины 2022	95,0	41	100,1	43
	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью.	135,0	163		
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0