



Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46
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.	55,0	133	55,0	133
	Чай с молоком (1-й вариант)	180,0	73	200,0	81
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Второй завтрак	Ряженка с сахаром	105,0	63	105,0	63
Обед	Салат из горошка зеленого консервированного.	32,0	27	50,0	42
	Суп с макаронными изделиями	150,0	72	180,0	87
	Биточки рыбные запеченные .	50,0	61	70,0	85
	Картофель отварной	110,0	112	130,0	133
	Сок яблочный 0,2	151,7	70		
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодкозеином	40,0	72	43,6	78
	Сок яблочный			178,0	164
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью,	135,0	163		
	Батон нарезной	20,0	53	20,4	54
	Компот из смородины черной	150,0	53	180,0	64
	Голубцы ленивые, соус молочный с морковью,			175,0	212
	Груша	89,7	41		
	Апельсины			125,0	54
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0