

Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46

Матвеева И.Г.

04.04.2025г.

Меню

7 Апрель 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Если 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	102,0	61	103,0	62
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	30,0	18	49,0	29
	Рассольник "Ленинградский", со сметаной	150,0	82		
	Рассольник "Ленинградский", со сметаной			180,0	98
	Котлеты из говядины.	50,0	92	80,0	147
	Капуста тушеная	110,0	79	130,0	94
	Компот из изюма	150,0	92	180,0	110
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	44,3	80
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные паровые, соус польский(1-й вариант).	60,0	87		
	Пюре картофельное с морковью,	110,0	92	130,0	108
	Тефтели рыбные паровые, соус польский (1-й вариант) .			80,0	104
	Батон "Умница" обогащенный йодкозейном	20,0	47	21,2	49
	Напиток из шиповника	150,0	59	180,0	70
	Яблоки	95,0	42	100,0	44
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0