



Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2
Матвеева И.Г.
21.04.2025г.

**Меню
22 Апрель 2025 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Если 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая			175,0	175
	Каша пшенная молочная жидкая	150,0	150		
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,0	47	24,3	57
	Масло (порциями)	3,0	20	3,0	20
	Чай с сахаром	180,0	34		
	Какао с молоком сгущенным. (2-й вариант)			200,0	118
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Второй завтрак	Сок яблочный.	103,7	44		
	Галеты	20,0	79	20,0	79
	Сок яблочный			107,5	99
Обед	Салат из кукурузы (консервированной) 2022	30,0	30	50,0	50
	Свекольник, со сметаной 2022.	150,0	76		
	Запеканка картофельная, с печенью	130,0	116		
	Свекольник, со сметаной 2022.			180,0	89
	Соус томатный с овощами	50,0	45	50,0	45
	Запеканка картофельная, с печенью			150,0	134
	Хлеб Дарницкий	40,0	72	44,8	81
	Компот из кураги	150,0	86	180,0	103
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0
Уплотненный полдник	Макароны, запеченные с сыром	130,0	172	150,0	199
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,0	47	20,0	47
	Чай с лимоном	180,0	37		
	Яблоки	95,0	42	100,0	44
	Чай с лимоном (1-й вариант)			200,0	61
	Рыбный жир в капсулах			2,0	0