



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 46 к. 2  
Матвеева И.Г.  
22.04.2025г.

Меню  
23 Апрель 2025 г.

| Прием пищи          | Наименование блюда                                                          | Ясли 12 часов |              | Сад 12 часов |              |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|                     |                                                                             | Вес           | Калорийность | Вес          | Калорийность |
| Завтрак             | Каша кукурузная молочная жидкая                                             | 130,0         | 130          | 175,0        | 175          |
|                     | Бутерброды с маслом (3-й вариант) 2022.                                     | 15,0          | 56           | 15,0         | 56           |
|                     | Батон нарезной                                                              | 10,0          | 27           | 10,0         | 27           |
|                     | Чай с джемом                                                                |               |              | 195,0        | 44           |
|                     | Чай с джемом                                                                | 160,0         | 29           |              |              |
|                     | Рыбный жир в капсулах                                                       |               |              | 2,0          | 0            |
| Второй завтрак      | Йогурт 2,5%                                                                 | 95,0          | 83           | 98,8         | 86           |
| Обед                | Винегрет овощной24                                                          | 30,0          | 39           | 50,0         | 65           |
|                     | Щи из свежей капусты с картофелем 24                                        | 150,0         | 50           | 180,0        | 60           |
|                     | Суфле рыбное,                                                               | 60,0          | 67           |              |              |
|                     | Суфле рыбное..                                                              |               |              | 75,0         | 84           |
|                     | Пюре картофельное                                                           | 110,0         | 101          | 130,0        | 119          |
|                     | Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином                                     | 40,0          | 72           | 44,8         | 80           |
|                     | Компот из свежих яблок                                                      | 150,0         | 86           | 180,0        | 103          |
|                     | Рыбный жир в капсулах                                                       |               |              | 2,0          | 0            |
| Уплотненный полдник | Яблоки.                                                                     | 95,0          | 42           | 100,1        | 44           |
|                     | Фрикадельки из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком24    | 60,0          | 95           |              |              |
|                     | Фрикадельки из мяса говядины паровые, соус сметанный с томатом и луком 2024 |               |              | 80,0         | 134          |
|                     | Каша вязкая гречневая                                                       | 110,0         | 107          |              |              |
|                     | Батон нарезной                                                              | 19,0          | 50           | 20,1         | 53           |
|                     | Каша вязкая гречневая                                                       |               |              | 130,0        | 126          |
|                     | Чай с сахаром                                                               | 150,0         | 32           | 180,0        | 38           |
|                     | Рыбный жир в капсулах                                                       |               |              | 2,0          | 0            |