

МБДОУ 154 Г.МУРМАНСКА

**Меню
26 Апрель 2024 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийнос	Вес	Калорийнос
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев на сух. молоке жидкая т/пак (масло 72,5%)	150.0	82	180.0	98
	Чай сладкий с сухим молоком	160.0	45	180.0	51
	Бутерброд с сыром (масло 72,5%)	40.0	84	44.0	93
Второй завтрак	Кисломолочный напиток (кефир)	102.0	36	125.4	44
Обед	Борщ на курином бульоне	150.0	17	180.0	20
	Плов из отварной птицы	130.0	199	155.0	237
	Салат из свежих помидоров и огурцов	30.0	17	53.0	30
	Компот из свежих яблок	150.0	31	180.0	38
	Хлеб "Целебный"	20.0	36	40.7	73
Уплотненный полдник	Салат картофельный с солеными огурцами	110.0	56	130.0	66
	Кисель из джема	150.0	68	180.0	81
	Батон Умница	20.0	119	19.0	113
	Яблоки	90.0	42	95.0	45
	Булочка сдобная (масло 72,5%)	40.0	178	60.0	266
	Рыбный жир в капсулах			6.0	22