

МБДОУ г. МУРМАНСК №108

**МЕНЮ**  
**25 марта**



*И. О. Заверушина О.В.*

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Бутерброд с джемом	45,0	137	55,0	167
	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	150,0	144	180,0	169
	Кофейный напиток с молоком	180,0	82	200,0	91
Второй завтрак	сок			200,0	92
	сок 0,2	150,0	69		
Обед	хлеб ржаной(йод)	40,0	76	50,0	95
	Компот из сухофруктов	160,0	81	200,0	102
	Голубцы ленивые	180,0	299	180,0	299
	суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	170,0	83	200,0	97
Уплотненный полдник	яблоко	95,0	45	100,0	47
	Чай с лимоном	180,0	41	180,0	41
	Салат овощной с зеленым горошком	175,0	188	220,0	237
	Булочка дорожная	50,0	179	80,0	287
	батон нарезной в/с обогащенный витаминами			40,0	105