

МБДОУ г. МУРМАНСК №108

**МЕНЮ**  
**28 марта**



*И.О. заведующего  
каф. Горюхиной О.В.*

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	каша молочная кукурузная жидкая	150,0	147	200,0	197
	Кофейный напиток с молоком	180,0	82	200,0	91
	Бутерброд с джемом	40,0	121		
	бутерброд с джемом			55,0	167
Второй завтрак	Банан	75,0	72	100,0	96
Обед	хлеб ржаной(йод)	40,0	76	50,0	95
	компот из кураги	150,0	68	200,0	91
	Салат из свежих огурцов	40,0	44	60,0	66
	Жаркое по-домашнему	160,0	230	200,0	288
	Свекольник на мясном бульоне	170,0	69	200,0	81
Уплотненный полдник	Чай с сахаром	180,0	56	200,0	62
	батон нарезной в/с обогащенный витаминами	30,0	79	40,0	105
	Соус черносмородиновый	25,0	13	30,0	16
	Запеканка из творога с морковью	120,0	281	150,0	351