

МБДОУ г. МУРМАНСК №108

**МЕНЮ
04 апреля**



*и. о. заведующего
Тел. Горохова О.В.*

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Бутерброд с маслом(о/в)	30,0	143	40,0	191
	Кофейный напиток с молоком	180,0	82	200,0	91
	Салат из моркови	30,0	37	40,0	49
	каша ячневая молочная вязкая	150,0	131	200,0	175
Второй завтрак	Банан	75,0	72	100,0	96
Обед	хлеб ржаной(йод)	40,0	76	50,0	95
	Напиток из плодов шиповника	180,0	85	200,0	95
	Картофель отварной	110,0	112	150,0	153
	Рулет из говядины с яйцом	60,0	125	80,0	166
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150,0	91	200,0	121
Уплотненный полдник	печенье	12,0	50	20,0	83
	батон нарезной в/с обогащенный витаминами	30,0	79	40,0	105
	Чай с сахаром	170,0	53	180,0	56
	Салат из свежих огурцов	40,0	44	60,0	66
	Макароны с сыром	160,0	233	185,0	269