

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ г. Мурманска №80  
Кособуцкая Г.В.  
29.10.24.



**Меню**  
**30 Октябрь 2024 г.**

**Ясли 12 часов**

|  |        | Калорийность,<br>ккал |
|--|--------|-----------------------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |                       |
| Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая          | 150,00 | 162                   |
| Чай с молоком                                    | 160,00 | 48                    |
| Батон  | 30,00  | 59                    |
| повидло/джем                                     | 10,00  | 15                    |
| <b>Второй завтрак</b>                            |        |                       |
| Яблоки   | 100,00 | 22                    |
| <b>Обед</b>                                      |        |                       |
| Икра морковная(н)                                | 40,00  | 49                    |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой       | 150,00 | 72                    |
| Макаронны отварные с маслом                      | 110,00 | 163                   |
| Печень говяжья по-строгановски в сметанном соусе | 60,00  | 131                   |
| Компот из свежемороженых ягод с                  | 150,00 | 37                    |
| Хлеб ржаной                                      | 30,00  | 62                    |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |        |                       |
| Тефтели рыбные                                   | 70,00  | 75                    |
| Капуста тушеная                                  | 130,00 | 98                    |
| Кисель из повидла, джема, варенья с              | 170,00 | 41                    |
| Батон  | 30,00  | 59                    |

**Сад 12 часов**

|  |        | Калорийность,<br>ккал |
|--|--------|-----------------------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |                       |
| Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая          | 180,00 | 195                   |
| Чай с молоком                                    | 180,00 | 58                    |
| Батон  | 30,00  | 59                    |
| повидло/джем                                     | 10,00  | 17                    |
| <b>Второй завтрак</b>                            |        |                       |
| Яблоки   | 100,00 | 26                    |
| <b>Обед</b>                                      |        |                       |
| Икра морковная(н)                                | 50,00  | 62                    |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой       | 180,00 | 87                    |
| Макаронны отварные с маслом                      | 130,00 | 193                   |
| Печень говяжья по-строгановски в сметанном соусе | 80,00  | 175                   |
| Компот из свежемороженых ягод с                  | 180,00 | 44                    |
| Хлеб ржаной                                      | 45,22  | 93                    |
| <b>Уплотненный полдник</b>                       |        |                       |
| Тефтели рыбные                                   | 70,00  | 88                    |
| Капуста тушеная                                  | 130,00 | 116                   |
| Кисель из повидла, джема, варенья с              | 180,00 | 50                    |
| Батон  | 43,00  | 82                    |