МАДОУ Г. МУРМАНСКА № 32

Меню

		Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
19 декабря 2024 г.					
Завтрак	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ;			190,0	344
	Каша манная молочная жидкая	150,0	79	190,0	98
	Чай с сахаром			180,0	37
	Какао с молоком	180,0	106	180,0	106
	Бутерброд с сыром	30,0	93	40,0	124
Второй завтрак	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОР. ЯГОД (КРАСНАЯ СМОРОДИНА)			180,0	82
	Ряженка	150,0	76	179,5	91
Обед	Рыбий жир в капсулах			8,0	0
	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	150,0	31	200,0	41
	Рыба (филе) отварная	60,0	98	65,0	107
	Картофельное пюре	120,0	110	150,0	138
	Салат из белокочанной капусты с морковью	30,0	41	45,0	61
	Компот из смеси сухофруктов	180,0	101	200,0	112
	Хлеб	40,0	70	52,3	91
Уплотненный полдник	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ			180,0	183
	ОМЛЕТ С СЫРОМ №230	130,0	299	150,0	345
	Чай с лимоном	150,0	31	180,0	37
	Батон нарезной	30,0	84	38,8	109

CROSS-D