

## Меню



Подписано цифровой подписью:  
 Машихина Марина Николаевна  
 DN: сп=Машихина Марина  
 Николаевна, о=МБДОУ г. Мурманска  
 №95, ou=заведующий,  
 email=dou95@yandex.ru, c=RU  
 Дата: 2023.09.01 17:12:06 +03'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Если 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	150	198	180	231
	Кофейный напиток	150	76	170	94
	Батон нарезной в/с обогащенный витаминами	25	48	30	48
	Масло сливочное	4	26	4	26
Итого:		324	348	374	404
II Завтрак	Сок фруктовый	100	53	100	53
Обед	Суп картофельный с фрикадельками на мясном бульоне из говядины	150	82	180	115
	Ленивые голубцы	150	32	180	53
	Овощи консервированные (огурец) порционные	10	20	15	24
	Компот из смеси сухофруктов	150	58	180	69
	Хлеб «Целебный»	40	65	50	90
Итого:		530	465	660	621
Уплотненный полдник	Суфле рыбное	50	194	70	259
	Макаронные изделия отварные	100	95	120	138
	Чай с сахаром	150	52	180	64
	Батон нарезной в/с обогащенный витаминами	20	42	20	42
	Фрукты свежие	95	43	100	43
Итого:		460	456	500	576
Итого за день:			1322		1654

