МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 83

Утверждаю Заведующая

(подпись) Полулех О Н (расшифровка подписи)

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
Сад 12 часов 13 декабря 2024 г.								
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	180,00	5,30	4,83	27,50	174,68	0,56	Пермь 2011. № 165
	КОфейный напиток с молоком	180,00	2,79	0,04	19,80	90,56	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40,00	2,60	4,40	16,55	119,00	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	рыбий жир	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 15
	Итого	**408,00**	**10,69**	**9,27**	**63,85**	**384,24**	**0,56**	
Второй завтрак	йогурт фруктовый	100,00	2,67	1,93	4,27	47,33	0,20	Могильный, Тутельян 2012. № 401
	Итого	**100,00**	**2,67**	**1,93**	**4,27**	**47,33**	**0,20**	
Обед	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне.	200,00	9,45	8,95	48,40	312,20	4,60	Могильный, Тутельян 2010. № 85
	Курица в соусе с томатом.	70,00	16,79	21,13	1,98	266,31	0,00	Пермь 2013. № 0
	Рис отварной	130,00	9,45	6,01	52,42	318,71	0,00	Пермь 2011. № 191
	Напиток из шиповника	180,00	0,61	0,00	20,75	85,41	54,00	Пермь 2013. № 13
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**630,00**	**39,81**	**36,60**	**146,54**	**1 092,63**	**58,60**	
Ужин	Фарш картофельный с луком	41,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 302
	Пирожки, печеные из сдобного теста.	100,00	7,73	6,48	48,16	282,16	0,00	Пермь 2004. № 294
	Салат из свеклы	60,00	0,86	3,65	5,00	56,34	5,70	Пермь 2004. № 33
	Чай с сахаром	180,00	0,10	0,00	10,80	43,80	0,00	Пермь 2013. № 392
	Батон "Умница"	10,00	0,67	0,23	4,61	23,30	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**391,00**	**9,36**	**10,36**	**68,57**	**405,60**	**5,70**	
Итого		**1 529,00**	**62,53**	**58,16**	**283,23**	**1 929,80**	**65,06**	

cross-b

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 83

Утверждаю Заведующая

_____ Полулех О Н

(подпись) (расшифровка подписи)

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры

CROSS-D

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 83

Утверждаю Заведующая

_____ Полулех О Н

(подпись) (расшифровка подписи)

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры
	Ясли 12 часов 13 декабря 2024 г.							
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	150,00	4,42	4,02	22,92	145,57	0,47	Пермь 2011. № 165
	КОфейный напиток с молоком	160,00	2,48	0,04	17,60	80,50	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40,00	2,60	4,40	16,55	119,00	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	**350,00**	**9,50**	**8,46**	**57,07**	**345,06**	**0,47**	
Второй завтрак	йогурт фруктовый	100,00	2,67	1,93	4,27	47,33	0,20	Могильный, Тутельян 2012. № 401
	Итого	**100,00**	**2,67**	**1,93**	**4,27**	**47,33**	**0,20**	
Обед	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне.	150,00	7,09	6,71	36,30	234,15	3,45	Могильный, Тутельян 2010. № 85
	Курица в соусе с томатом.	60,00	14,39	18,11	1,70	228,27	0,00	Пермь 2013. № 0
	Рис отварной	110,00	8,00	5,09	44,35	269,68	0,00	Пермь 2011. № 191
	Напиток из шиповника	150,00	0,51	0,00	17,29	71,18	45,00	Пермь 2013. № 13
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**510,00**	**32,79**	**30,32**	**118,04**	**891,27**	**48,45**	
Ужин	Фарш картофельный с луком	37,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 302
	Пирожки, печеные из сдобного теста.	90,00	6,96	5,83	43,34	253,94	0,00	Пермь 2004. № 294
	Салат из свеклы	50,00	0,72	3,04	4,17	46,95	4,75	Пермь 2004. № 33
	Чай с сахаром	150,00	0,08	0,00	9,00	36,50	0,00	Пермь 2013. № 392
	Батон "Умница"	10,00	0,67	0,23	4,61	23,30	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**337,00**	**8,43**	**9,11**	**61,12**	**360,69**	**4,75**	
Итого		**1 297,00**	**53,39**	**49,82**	**240,49**	**1 644,36**	**53,87**	

cross-p

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 83

Утверждаю Заведующая

_____ Полулех О Н

(подпись) (расшифровка подписи)

Меню для родителей

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецептуры

CROSS-D