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
	Сад 12 часов 16 декабря 2024 г.							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	180,00	5,73	4,04	32,37	188,78	0,00	Пермь 2011. № 28
	Чай с сахаром 2	180,00	0,10	0,00	10,80	43,80	0,00	Пермь 2013. № 2
	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**	**8,43**	**8,44**	**59,72**	**351,58**	**0,00**	
Второй завтрак	Сок яблочный	100,00	0,00	0,00	11,50	46,00	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	Итого	**100,00**	**0,00**	**0,00**	**11,50**	**46,00**	**0,00**	
Обед	Суп картофельный гороховый	200,00	3,13	2,81	6,45	63,69	3,88	Могильный, Тутельян 2010. № 81
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180,00	8,51	9,38	17,48	188,55	19,98	Могильный, Тутельян 2012. № 0
	Кисель из свежезамороженных ягод (компотная смесь)	180,00	0,23	0,06	15,71	64,69	0,27	Могильный, Тутельян 2016. № 17
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Соус сметанный	35,00	0,59	4,14	1,18	44,35	0,00	Пермь 2004. № 226
	Итого	**645,00**	**15,96**	**16,90**	**63,81**	**471,29**	**24,13**	
Ужин	Макароны отварные с сыром	160,00	8,94	8,22	25,42	211,20	0,11	Могильный, Тутельян 2010. № 206
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 2	180,00	0,00	0,00	8,20	47,50	0,50	Могильный, Тутельян 2016. № 8
	Яблоко	70,00	0,28	0,28	6,86	32,90	11,20	Пермь 2011. № 90
	Итого	**425,00**	**10,23**	**8,86**	**47,40**	**326,55**	**11,81**	
Итого		**1 578,00**	**34,62**	**34,19**	**182,44**	**1 195,42**	**35,94**	

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 16 декабря 2024 г.							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150,00	4,78	3,37	26,98	157,32	0,00	Пермь 2011. № 28
	Чай с сахаром 2	160,00	0,09	0,00	9,60	38,93	0,00	Пермь 2013. № 2
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40,00	2,60	4,40	16,55	119,00	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	**350,00**	**7,47**	**7,77**	**53,13**	**315,25**	**0,00**	
Второй завтрак	Сок яблочный 0,200	100,00	0,00	0,00	11,50	46,00	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	Итого	**100,00**	**0,00**	**0,00**	**11,50**	**46,00**	**0,00**	
Обед	Соус сметанный	30,00	0,50	3,55	1,01	38,02	0,00	Пермь 2004. № 226
	Суп картофельный гороховый	150,00	2,35	2,11	4,83	47,77	2,91	Могильный, Тутельян 2010. № 81
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150,00	7,09	7,82	14,57	157,13	16,65	Могильный, Тутельян 2012. № 0
	Кисель из свежезамороженных ягод (компотная смесь)	150,00	0,20	0,05	13,09	53,91	0,23	Могильный, Тутельян 2016. № 17
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**520,00**	**12,94**	**13,93**	**51,90**	**384,83**	**19,78**	
Ужин	Макароны отварные с сыром	150,00	8,38	7,71	23,84	198,00	0,11	Могильный, Тутельян 2010. № 206
	Яблоко	60,00	0,24	0,24	5,88	28,20	9,60	Пермь 2011. № 90
	Батон "Умница"	10,00	0,67	0,23	4,61	23,30	0,00	Пермь 2004. № 10
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 2	150,00	0,00	0,00	6,83	39,58	0,42	Могильный, Тутельян 2016. № 8
	Итого	**370,00**	**9,29**	**8,18**	**41,16**	**289,08**	**10,12**	
Итого		**1 340,00**	**29,69**	**29,88**	**157,69**	**1 035,16**	**29,91**	

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

CROSS-D