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 5 марта 2025 г.								
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	160,00	4,71	4,29	24,44	155,27	0,50	Пермь 2011. № 165
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 0
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ .	55,00	8,53	7,26	27,79	230,10	0,11	Могильный, Тутельян 2012. № 3
	Итого	**395,00**	**13,24**	**11,55**	**65,19**	**411,07**	**1,11**	
Второй завтрак	Компот из сушеных фруктов (изюм)	100,00	0,22	0,01	13,89	56,50	0,20	Могильный, Тутельян 2010. № 12
	ПЕЧЕНЬЕ	12,00	0,92	1,88	7,40	49,52	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 165
	Итого	**112,00**	**1,14**	**1,89**	**21,29**	**106,02**	**0,20**	
Обед	Суп фасолевый	180,00	2,24	3,69	14,26	95,95	17,47	Бюллетень 2 1991. № 69
	Макаронные изделия отварные	130,00	4,78	3,91	22,92	145,99	0,01	Могильный, Тутельян 2016. № 194
	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
	Курица в соусе с томатом.	70,00	16,79	21,13	1,98	266,31	0,00	Пермь 2013. № 0
	Итого	**610,00**	**27,93**	**29,24**	**82,90**	**703,66**	**71,48**	
Ужин	Винегрет овощной	150,00	1,02	5,14	6,88	78,13	7,87	Могильный, Тутельян 2010. № 45
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 0
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**345,00**	**2,03**	**5,49**	**26,75**	**138,78**	**8,37**	
Итого		**1 462,00**	**44,34**	**48,17**	**196,13**	**1 359,54**	**81,16**	

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

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
	Ясли 12 часов 5 марта 2025 г.							
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	140,00	4,12	3,76	21,39	135,86	0,44	Пермь 2011. № 165
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ 2	160,00	0,00	0,00	11,51	22,84	0,44	Пермь 2004. № 0
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ .	49,00	7,60	6,47	24,76	205,00	0,10	Могильный, Тутельян 2012. № 3
	Итого	**349,00**	**11,72**	**10,22**	**57,66**	**363,71**	**0,98**	
Второй завтрак	Компот из сушеных фруктов (изюм)	100,00	0,22	0,01	13,89	56,50	0,20	Могильный, Тутельян 2010. № 12
	ПЕЧЕНЬЕ	10,00	0,77	1,57	6,17	41,27	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 165
	Итого	**110,00**	**0,99**	**1,58**	**20,06**	**97,77**	**0,20**	
Обед	Суп фасолевый	150,00	1,87	3,08	11,88	79,96	14,56	Бюллетень 2 1991. № 69
	Курица в соусе с томатом.	60,00	14,39	18,11	1,70	228,27	0,00	Пермь 2013. № 0
	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
	Макаронные изделия отварные	110,00	4,05	3,31	19,39	123,53	0,01	Могильный, Тутельян 2016. № 194
	Итого	**510,00**	**23,62**	**24,90**	**68,66**	**590,93**	**59,57**	
Ужин	Винегрет овощной	130,00	0,89	4,45	5,97	67,71	6,82	Могильный, Тутельян 2010. № 45
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	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	**295,00**	**1,90**	**4,80**	**19,72**	**142,25**	**7,24**	
Итого		**1 264,00**	**38,22**	**41,51**	**166,09**	**1 194,65**	**67,99**	

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