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 28 марта 2025 г.							
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	160,00	4,71	4,29	24,44	155,27	0,50	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
	Итого	**380,00**	**10,10**	**8,73**	**60,79**	**364,83**	**0,50**	
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 с макаронными изделиями	180,00	161,24	2,04	12,34	75,42	5,94	Могильный, Тутельян 2016. № 38
	Птица отварная	70,00	15,25	13,27	0,88	184,02	0,00	Пермь 2011. № 181
	Капуста тушеная	130,00	3,41	4,20	9,14	87,97	64,64	Пермь 2011. № 200
	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,50	0,00	24,66	100,66	0,14	Пермь 2011. № 399
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**610,00**	**183,90**	**20,01**	**70,02**	**558,06**	**70,71**	
Ужин	Батон "Умница"	100,00	6,74	2,34	46,12	233,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Салат из свеклы	110,00	1,58	6,69	9,17	103,29	10,45	Пермь 2004. № 33
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 124
	Булочка домашняя	100,00	7,28	12,52	53,92	358,00	0,00	Пермь 2004. № 469
	Итого	**490,00**	**15,60**	**21,55**	**122,16**	**719,99**	**10,95**	
Итого		**1 580,00**	**209,61**	**50,30**	**264,47**	**1 688,88**	**82,16**	

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 28 марта 2025 г.								
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	140,00	4,12	3,76	21,39	135,86	0,44	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	**340,00**	**9,20**	**8,19**	**55,54**	**335,36**	**0,44**	
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	Суп картофельный с макаронными изделиями	150,00	134,37	1,70	10,29	62,85	4,95	Могильный, Тутельян 2016. № 38
	Птица отварная	60,00	13,07	11,38	0,75	157,73	0,00	Пермь 2011. № 181
	Капуста тушеная	110,00	2,88	3,55	7,73	74,44	54,69	Пермь 2011. № 200
	Компот из смеси сухофруктов	150,00	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11	Пермь 2011. № 399
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**510,00**	**153,54**	**17,03**	**57,72**	**466,90**	**59,75**	
Ужин	Салат из свеклы	110,00	1,58	6,69	9,17	103,29	10,45	Пермь 2004. № 33
	Батон "Умница"	15,00	1,01	0,35	6,92	34,95	0,00	Пермь 2004. № 10
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ	150,00	0,00	0,00	10,79	21,42	0,42	Пермь 2004. № 124
	Булочка домашняя	90,00	6,55	11,27	48,53	322,20	0,00	Пермь 2004. № 469
	Итого	**365,00**	**9,14**	**18,31**	**75,40**	**481,86**	**10,87**	
Итого		**1 315,00**	**171,89**	**43,53**	**200,16**	**1 330,11**	**71,06**	

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