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 19 мая 2025 г.							
Завтрак	рыбий жир	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 0
	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160,00	4,94	4,68	22,11	150,34	0,23	Пермь 2013. № 93
	КОфейный напиток с молоком	180,00	2,79	0,04	19,80	90,56	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50,00	3,25	5,50	20,69	148,75	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	Итого	**394,00**	**10,98**	**10,22**	**62,60**	**389,65**	**0,23**	
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	Рассольник (мелкошинков.) на мясном бульоне.	180,00	2,02	2,38	9,22	66,24	6,56	Могильный, Тутельян 2010. № 74
	Голубцы ленивые	150,00	11,15	7,14	15,99	172,89	15,81	Могильный, Тутельян 2010. № 298
	Компот из замороженных ягод (компотная смесь)	180,00	0,18	0,08	14,22	57,06	2,32	Могильный, Тутельян 2016. № 36
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**560,00**	**16,85**	**10,09**	**62,43**	**406,19**	**24,69**	
Ужин	Яблоко	50,00	0,20	0,20	4,90	23,50	8,00	Пермь 2011. № 90
	Салат рыбный	150,00	7,50	9,45	9,80	154,40	0,00	Снигур. № 168
	ЧАЙ СЛАБОСЛАДКИЙ	180,00	0,00	0,00	12,95	25,70	0,50	Пермь 2004. № 124
	Батон "Умница"	20,00	1,35	0,47	9,22	46,60	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**400,00**	**9,05**	**10,12**	**36,87**	**250,20**	**8,50**	
Итого		**1 454,00**	**36,88**	**30,44**	**173,40**	**1 092,04**	**33,42**	

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 19 мая 2025 г.							
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	140,00	4,32	4,10	19,35	131,55	0,20	Пермь 2013. № 93
	КОфейный напиток с молоком	160,00	2,48	0,04	17,60	80,50	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 395
	Бутерброд с повидлом	40,00	1,81	2,86	20,04	113,45	0,07	Могильный, Тутельян 2016. № 19
	Итого	**340,00**	**8,61**	**6,99**	**56,99**	**325,50**	**0,28**	
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	Рассольник (мелкошинков.) на мясном бульоне.	150,00	1,68	1,98	7,68	55,20	5,46	Могильный, Тутельян 2010. № 74
	Голубцы ленивые	130,00	9,66	6,19	13,86	149,84	13,70	Могильный, Тутельян 2010. № 298
	Компот из замороженных ягод (компотная смесь)	150,00	0,15	0,07	11,85	47,55	1,93	Могильный, Тутельян 2016. № 36
	Хлеб "Целебный"	40,00	2,80	0,40	18,40	88,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Итого	**470,00**	**14,29**	**8,63**	**51,79**	**340,59**	**21,10**	
Ужин	Яблоко	50,00	0,20	0,20	4,90	23,50	8,00	Пермь 2011. № 90
	Салат рыбный	130,00	6,50	8,19	8,49	133,81	0,00	Снигур. № 168
	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
	Итого	**345,00**	**7,71**	**8,74**	**31,10**	**213,68**	**8,42**	
Итого		**1 255,00**	**30,62**	**24,37**	**151,39**	**925,77**	**29,79**	

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