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 14 мая 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	50,00	3,25	5,50	20,69	148,75	0,00	Могильный, Тутельян 2011. № 154
	рыбий жир	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 15
	Итого	**398,00**	**10,75**	**9,83**	**64,93**	**394,58**	**0,50**	
Второй завтрак	ПРОСТОКВАША ФРУКТОВАЯ	110,00	3,19	3,30	4,40	64,85	0,62	Пермь 2004. № 0
	ПЕЧЕНЬЕ	20,00	1,54	3,14	12,34	82,54	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 165
	Итого	**130,00**	**4,73**	**6,44**	**16,74**	**147,39**	**0,62**	
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
	Компот из сушеных фруктов (курага)	180,00	0,40	0,02	24,99	101,70	0,36	Могильный, Тутельян 2010. № 12
	Хлеб "Целебный"	50,00	3,50	0,50	23,00	110,00	0,00	Пермь 2004. № 10
	Курица в соусе с томатом.	60,00	14,39	18,11	1,70	228,27	0,00	Пермь 2013. № 0
	Итого	**600,00**	**25,31**	**26,24**	**86,87**	**681,91**	**17,84**	
Ужин	Винегрет без лука копия	100,00	1,37	5,45	9,44	94,80	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 0
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 2	180,00	0,00	0,00	8,20	47,50	0,50	Могильный, Тутельян 2016. № 8
	Батон "Умница"	20,00	1,35	0,47	9,22	46,60	0,00	Пермь 2004. № 10
	Булочка "Осенняя"	50,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 271
	Итого	**350,00**	**2,72**	**5,91**	**26,86**	**188,90**	**0,50**	
Итого		**1 478,00**	**43,52**	**48,42**	**195,40**	**1 412,77**	**19,46**	

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 14 мая 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	ПРОСТОКВАША ФРУКТОВАЯ	100,00	2,90	3,00	4,00	58,95	0,56	Пермь 2004. № 0
	ПЕЧЕНЬЕ	15,00	1,16	2,36	9,26	61,91	0,00	Могильный, Тутельян 2016. № 165
	Итого	**115,00**	**4,06**	**5,36**	**13,26**	**120,86**	**0,56**	
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
	Компот из сушеных фруктов (курага)	150,00	0,33	0,02	20,83	84,75	0,30	Могильный, Тутельян 2010. № 12
	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**	**23,44**	**24,92**	**72,20**	**604,51**	**14,87**	
Ужин	Винегрет без лука копия	100,00	1,37	5,45	9,44	94,80	0,00	Могильный, Тутельян 2010. № 0
	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
	Булочка "Осенняя"	50,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Пермь 2004. № 271
	Итого	**315,00**	**2,38**	**5,80**	**23,19**	**169,33**	**0,42**	
Итого		**1 280,00**	**39,08**	**44,26**	**164,18**	**1 230,05**	**16,28**	

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