

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)
Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "1" февраля 2023 г.

Диета:

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
Завтрак							
1	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,42
2	6,880	12,200	40,180	290,040	Каша рисовая жидкая на молоке (Сад)	200,000	23,56
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,95
Итого на Завтрак	10,780	20,380	65,130	476,540			38,93
Второй завтрак							
1	0,560	0,140	5,250	27,000	Мандарины (Сад)	70,000	16,83
Итого на Второй завтрак	0,560	0,140	5,250	27,000			16,83
Обед							
1	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,65
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
3	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	130,000	10,10
4	10,960	8,640	19,820	193,430	Суп гороховый с говядиной (Сад)	200,000	17,75
5	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	3,64
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
7	0,640	0,090	2,180	10,010	Огурцы консервированные	50,000	7,99
8	10,870	12,430	8,120	185,550	Тефтели из говядины (Сад)	80,000	30,61
Итого на Обед	27,450	25,430	74,940	627,970			73,03
Полдник							
1	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	17,82
2	22,820	10,290	31,280	310,020	Лакомка из Творога (Сад)	100,000	38,94
Итого на Полдник	28,040	14,790	38,480	400,020			56,76
Ужин							
1	2,810	4,660	17,020	115,500	Каша пшеничная жидкая на воде	130,000	4,70
2	14,240	14,410	9,790	224,390	Говядина в кисло - сладком соусе	80,000	28,18
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,15
4	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,81
Итого на Ужин	18,310	19,290	40,760	402,890			36,84
Итого:	85,140	80,030	224,560	1934,420			222,39

Калькулятор:

Федотов С.Н.

С.Н. Федотов

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД
на "1" февраля 2023 г.

Диета:

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)



№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
Завтрак							
1	6,150	10,870	36,010	259,300	Каша рисовая жидкая на молоке	180,000	21,44
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	9,98
Итого на Завтрак	9,560	17,540	58,040	418,800			36,98
Второй завтрак							
1	0,560	0,140	5,250	27,000	Мандарины (Ясли)	70,000	49,54
Итого на Второй завтрак	0,560	0,140	5,250	27,000			49,54
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	8,090	10,140	5,880	145,490	Тефтели из говядины (Ясли)	60,000	27,54
3	9,290	7,340	16,210	162,140	Суп гороховый с говядиной (Ясли)	180,000	20,04
4	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	110,000	8,70
5	0,640	0,090	2,180	10,010	Огурцы консервированные	50,000	10,38
6	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,77
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	5,52
8	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	2,97
Итого на Обед	22,950	21,830	65,460	541,620			75,96
Полдник							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Кефир (Ясли)	150,000	37,12
2	22,820	10,290	31,280	310,020	Лакомка из Творога (Ясли)	100,000	55,07
Итого на Полдник	27,170	14,040	37,280	385,020			92,19
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	2,330	3,160	14,170	89,640	Каша пшеничная жидкая на воде	110,000	3,33
3	10,600	10,520	6,860	163,470	Говядина в кисло - сладком соусе	60,000	27,33
4	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,91
Итого на Ужин	14,180	13,900	34,090	312,110			35,84
Итого:	74,420	67,450	200,120	1684,550			290,51

Калькулятор:

Федотов С.Н.

(Handwritten signature)