

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД  
на "1" марта 2023 г.

Диета:

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
<b>Завтрак</b>							
1	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,54
2	6,150	10,870	36,010	259,300	Каша рисовая жидкая на молоке	180,000	21,67
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>9,560</b>	<b>17,540</b>	<b>58,040</b>	<b>418,800</b>			<b>35,77</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,720	0,160	8,240	32,000	Апельсины (Ясли)	80,000	15,39
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,720</b>	<b>0,160</b>	<b>8,240</b>	<b>32,000</b>			<b>15,39</b>
<b>Обед</b>							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	9,290	7,340	16,210	162,140	Суп гороховый с говядиной (Ясли)	180,000	18,50
3	8,090	10,140	5,880	145,490	Тефтели из говядины (Ясли)	60,000	27,73
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,42
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
6	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	2,02
7	0,280	0,040	0,960	4,400	Огурцы консервированные	40,000	11,98
8	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	110,000	6,64
<b>Итого на Обед</b>	<b>22,590</b>	<b>21,780</b>	<b>64,240</b>	<b>536,010</b>			<b>69,54</b>
<b>Полдник</b>							
1	22,820	10,290	31,280	310,020	Лакомка из Творога (Ясли)	100,000	38,14
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Кефир (Ясли)	150,000	9,45
<b>Итого на Полдник</b>	<b>27,170</b>	<b>14,040</b>	<b>37,280</b>	<b>385,020</b>			<b>47,59</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,70
3	6,310	14,410	37,960	288,200	Котлеты морковные без соли (Ясли)	135,000	16,69
<b>Итого на Ужин</b>	<b>7,560</b>	<b>14,630</b>	<b>51,020</b>	<b>347,200</b>			<b>20,66</b>
<b>Итого:</b>	<b>67,600</b>	<b>68,150</b>	<b>218,820</b>	<b>1719,030</b>			<b>188,95</b>

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. /

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "1" марта 2023 г.

Диета:

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
<b>Завтрак</b>							
1	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,21
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,38
3	6,880	12,200	40,180	290,040	Каша рисовая жидкая на молоке (Сад)	200,000	24,49
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>10,780</b>	<b>20,380</b>	<b>65,130</b>	<b>476,540</b>			<b>40,08</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,200	10,300	40,000	Апельсины (Сад)	100,000	9,91
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,200</b>	<b>10,300</b>	<b>40,000</b>			<b>9,91</b>
<b>Обед</b>							
1	10,960	8,640	19,820	193,430	Суп гороховый с говядиной (Сад)	200,000	21,31
2	10,870	12,430	8,120	185,550	Тефтели из говядины (Сад)	80,000	37,64
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,28
4	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	4,40
5	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	130,000	10,09
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,12
8	0,350	0,050	1,200	5,500	Огурцы консервированные	50,000	14,41
<b>Итого на Обед</b>	<b>27,160</b>	<b>25,390</b>	<b>73,960</b>	<b>623,460</b>			<b>90,32</b>
<b>Полдник</b>							
1	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	12,53
2	22,820	10,290	31,280	310,020	Лакомка из Творога (Сад)	100,000	36,51
<b>Итого на Полдник</b>	<b>28,040</b>	<b>14,790</b>	<b>38,480</b>	<b>400,020</b>			<b>49,04</b>
<b>Ужин</b>							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,80
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,24
3	7,000	16,470	42,180	324,300	Котлеты морковные без соли (Сад)	150,000	19,13
<b>Итого на Ужин</b>	<b>8,260</b>	<b>16,690</b>	<b>56,130</b>	<b>387,300</b>			<b>23,17</b>
<b>Итого:</b>	<b>75,140</b>	<b>77,450</b>	<b>244,000</b>	<b>1927,320</b>			<b>212,52</b>

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ /