

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "1" декабря 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	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,61
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,98
3	18,100	5,090	14,720	177,720	Запеканка твор. - манная (Ясли)	100,000	32,12
4	0,990	3,880	4,050	55,060	Соус сметанный (Ясли)	30,000	5,51
Итого на Завтрак	23,470	16,100	42,270	408,780			51,22
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,90
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,9
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,06
2	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	3,29
3	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,60
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
5	11,150	8,590	10,720	163,990	Котлеты из говядины (Ясли)	60,000	37,26
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
7	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	180,000	14,06
8	0,800	2,010	3,940	38,000	Салат из свеклы с чесноком (Ясли)	40,000	9,26
Итого на Обед	27,640	24,810	71,880	689,530			74,43
Полдник							
1	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	12,05
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,11
Итого на Полдник	5,190	6,300	12,770	131,750			16,16
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,51
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,20
3	5,400	4,160	26,920	158,570	Каша пшеничная жидкая на молоке	150,000	9,02
Итого на Ужин	6,650	4,380	39,980	217,570			13,73
Итого:	63,190	51,830	172,780	1473,630			162,44

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" декабря 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	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,33
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,59
3	1,290	4,780	6,020	72,170	Соус сметанный (Сад)	40,000	6,38
4	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Сад)	100,000	32,56
Итого на Завтрак	9,230	16,230	44,950	343,170			53,86
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,17
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,17
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
2	14,900	9,830	14,080	203,220	Котлеты из говядины (Сад)	80,000	50,97
3	0,820	3,020	5,700	47,660	Салат из свеклы с чесноком (Сад)	50,000	3,12
4	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,50
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,51
6	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	4,31
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,37
8	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	200,000	15,43
Итого на Обед	32,360	27,790	85,790	779,660			85,29
Полдник							
1	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,44
2	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	15,35
Итого на Полдник	10,170	15,260	7,740	208,000			22,79
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,95
2	3,430	11,350	20,210	198,000	Каша пшеничная жидкая на молоке	200,000	12,20
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,52
Итого на Ужин	4,690	11,570	34,160	261,000			16,67
Итого:	56,770	71,170	182,080	1627,830			187,78

Калькулятор:

Федотов С.Н.