

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД  
на "2" 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
<b>Завтрак</b>							
1	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,08
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,08
4	4,670	8,090	28,390	213,000	Каша пшенинная жидкая на молоке	200,000	12,18
Итого на Завтрак	15,190	21,810	57,970	514,000			35,84
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	9,50
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			9,50
<b>Обед</b>							
1	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,29
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,10
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,00
4	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	5,68
5	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	18,29
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
7	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	21,35
8	5,150	12,350	33,750	259,100	Салат из кукурузы консервированной	50,000	12,34
Итого на Обед	15,480	22,530	99,410	650,940			65,13
<b>Полдник</b>							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Сад)	180,000	15,84
2	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	50,000	8,12
Итого на Полдник	8,880	7,870	19,340	175,360			23,96
<b>Ужин</b>							
1	22,850	12,400	4,720	220,720	Суфле рыбное из горбуши (Сад)	110,000	71,36
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,43
3	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	7,39
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	2,13
Итого на Ужин	27,360	17,300	49,760	462,060			82,31
Итого:	67,810	69,510	244,660	1879,360			216,74

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

\_\_\_\_\_ /

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "2" февраля 2023 г.

Диета:

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО) (подпись)

№ 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	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	9,93
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,75
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	7,21
4	7,020	8,650	32,760	233,270	Каша пшеничная жидкая на молоке	155,000	14,21
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>16,480</b>	<b>20,380</b>	<b>56,540</b>	<b>489,270</b>			<b>41,1</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	7,93
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,750</b>	<b>0,000</b>	<b>15,150</b>	<b>64,000</b>			<b>7,93</b>
<b>Обед</b>							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,42
2	1,230	2,990	8,440	66,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	30,90
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,00
4	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	40,000	12,02
5	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	3,31
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
7	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,73
8	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	16,23
<b>Итого на Обед</b>	<b>20,830</b>	<b>27,530</b>	<b>84,230</b>	<b>660,870</b>			<b>69,82</b>
<b>Полдник</b>							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Ясли)	150,000	20,37
2	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	40,000	9,72
<b>Итого на Полдник</b>	<b>7,980</b>	<b>7,190</b>	<b>16,670</b>	<b>156,610</b>			<b>30,09</b>
<b>Ужин</b>							
1	20,370	10,860	3,740	193,230	Суфле рыбное из горбуши (Ясли)	100,000	85,99
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	3,09
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
4	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	8,26
<b>Итого на Ужин</b>	<b>24,390</b>	<b>15,040</b>	<b>43,890</b>	<b>406,570</b>			<b>100,61</b>
<b>Итого:</b>	<b>70,430</b>	<b>70,140</b>	<b>216,480</b>	<b>1777,320</b>			<b>249,55</b>

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