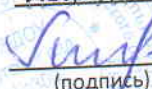


Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:  
Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"  
  
(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "2" 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	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
2	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,51
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,13
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,49
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,950</b>	<b>25,070</b>	<b>49,790</b>	<b>552,000</b>			<b>36,63</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	-1,53
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>-1,53</b>
<b>Обед</b>							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
2	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	6,40
3	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	40,000	13,27
4	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	20,25
5	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	24,27
6	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,25
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,00
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,13
<b>Итого на Обед</b>	<b>14,450</b>	<b>22,040</b>	<b>92,660</b>	<b>617,100</b>			<b>71,64</b>
<b>Полдник</b>							
1	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	7,83
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Сад)	180,000	15,55
<b>Итого на Полдник</b>	<b>8,880</b>	<b>7,870</b>	<b>19,340</b>	<b>175,360</b>			<b>23,38</b>
<b>Ужин</b>							
1	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,83
2	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	80,000	38,86
3	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	7,84
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,13
<b>Итого на Ужин</b>	<b>15,770</b>	<b>12,370</b>	<b>51,750</b>	<b>378,190</b>			<b>51,66</b>
<b>Итого:</b>	<b>53,950</b>	<b>67,350</b>	<b>231,720</b>	<b>1799,650</b>			<b>181,78</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 "2" 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	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	18,33
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
3	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,72
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
Итого на Завтрак	12,030	20,240	38,940	444,000			41,11
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	-1,30
Итого на Второй завтрак	0,750	0,000	15,150	64,000			-1,3
<b>Обед</b>							
1	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,00
2	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	10,34
3	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,18
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
5	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	4,08
6	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	30,10
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
8	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленые из курицы /филе/	60,000	15,78
Итого на Обед	24,310	31,610	79,230	686,460			66,73
<b>Полдник</b>							
1	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	30,000	6,46
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Ясли)	150,000	13,41
Итого на Полдник	7,980	7,190	16,670	156,610			19,87
<b>Ужин</b>							
1	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,96
2	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	60,000	30,92
3	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	7,30
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
Итого на Ужин	12,670	9,810	46,190	321,040			43,45
Итого:	57,740	68,850	196,180	1672,110			169,86

Калькулятор:

Федотов С.Н.