

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "2" июня 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,94
2	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Сад)	100,000	31,16
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,79
4	1,290	4,780	6,020	72,170	Соус сметанный (Сад)	40,000	6,31
Итого на Завтрак	9,230	16,230	44,950	343,170			51,2
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,90
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,9
Обед							
1	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	5,28
2	0,560	1,480	4,020	31,060	Соус томатный (Сад)	40,000	3,48
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,52
4	14,900	9,830	14,080	203,220	Котлеты из говядины (Сад)	80,000	52,04
5	0,820	3,020	5,700	47,660	Салат из свеклы с чесноком (Сад)	50,000	2,62
6	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,86
7	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	200,000	24,43
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,26
9	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
Итого на Обед	32,920	29,270	89,810	810,720			99,57
Полдник							
1	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	15,01
2	8,000	7,910	59,600	327,810	Ватрушка с повидлом (Сад)	80,000	14,79
Итого на Полдник	13,220	12,410	67,160	418,810			29,8
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,09
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,19
3	4,670	8,090	28,390	213,000	Каша пшеничная жидкая на молоке	200,000	11,96
Итого на Ужин	5,930	8,310	42,340	276,000			16,24
Итого:	61,620	66,540	253,700	1884,700			206,71

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" июня 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	8,11
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
3	18,100	5,090	14,720	177,720	Запеканка твор.- манная (Ясли)	100,000	31,33
4	0,990	3,880	4,050	55,060	Соус сметанный (Ясли)	30,000	5,04
Итого на Завтрак	23,470	16,100	42,270	408,780			50,04
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	8,36
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			8,36
Обед							
1	0,340	0,740	2,810	18,790	Соус томатный (Ясли)	30,000	2,11
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
3	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	4,50
4	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,85
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,64
6	11,150	8,590	10,720	163,990	Котлеты из говядины (Ясли)	60,000	44,66
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
8	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	180,000	19,05
9	0,800	2,010	3,940	38,000	Салат из свеклы с чесноком (Ясли)	40,000	2,23
Итого на Обед	27,980	25,550	74,690	708,320			83,3
Полдник							
1	6,200	6,240	50,140	276,080	Ватрушка с повидлом (Ясли)	70,000	12,85
2	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	11,85
Итого на Полдник	10,700	11,040	62,890	391,580			24,7
Ужин							
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	2,25
3	7,020	8,650	32,760	233,270	Каша пшеничная жидкая на молоке	155,000	12,42
Итого на Ужин	8,270	8,870	45,820	292,270			17,94
Итого:	70,660	61,800	231,550	1826,950			184,34

Калькулятор:

Федотов С.Н.