

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

Учреждение:
ПодразделениеМБДОУ №300 г.о. Самара (питание)
Корпус 1МЕНЮ БЛЮД
на "3" апреля 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	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,48
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,88
3	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	11,10
4	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,93
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			34,39
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,78
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,78
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 15	15,000	0,25
2	0,620	4,990	1,460	52,950	Салат из зеленого горошка	25,000	4,96
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
4	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	6,04
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,16
6	1,740	3,740	9,380	72,710	Суп овощной на к/б (Сад)	200,000	4,06
7	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	34,24
Итого на Обед	47,070	53,950	77,620	967,630			51,78
Полдник							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	10,37
2	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	9,21
Итого на Полдник	15,550	10,580	41,250	318,900			19,58
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,25
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,39
3	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы (Сад)	80,000	94,33
4	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,88
Итого на Ужин	24,640	12,860	41,100	372,600			107,85
Итого:	102,580	95,820	217,090	2122,610			223,38

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

Руководитель:

"Утверждаю"

Учреждение:
ПодразделениеМБДОУ №300 г.о. Самара (питание)
Корпус 1Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "3" апреля 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	7,67
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
3	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,90
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
Итого на Завтрак	13,500	15,640	40,080	369,540			32,63
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	1,530	2,530	8,270	57,160	Суп овощной на к/б (Ясли)	180,000	3,51
2	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,09
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
4	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	27,31
5	0,460	4,980	1,100	50,950	Салат из зеленого горошка	20,000	4,05
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
Итого на Обед	35,660	41,500	54,990	724,750			41,21
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	7,74
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	10,14
Итого на Полдник	13,600	8,890	38,550	285,000			17,88
Ужин							
1	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	8,00
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,38
3	16,940	7,820	6,800	165,030	Биточки из рыбы (Ясли)	70,000	100,29
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
Итого на Ужин	20,120	10,940	32,310	306,370			112,94
Итого:	83,120	77,210	171,810	1711,660			211,56

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

: _____ /

#