

Учреждение:
Подразделение

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

МЕНЮ БЛЮД
на "4" мая 2023 г.

Диета:



"Утверждаю"

(подпись)

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
Завтрак							
1	4,440	4,130	22,760	141,410	Каша манная жидкая на молоке	150,000	9,41
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,43
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,64
Итого на Завтрак	7,850	10,800	44,790	300,910			24,48
Второй завтрак							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	11,34
2	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,90
Итого на Второй завтрак	4,040	0,690	30,930	141,500			18,24
Обед							
1	11,910	4,140	31,100	201,290	Жаркое по - домашнему с	200,000	32,50
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
3	0,090	0,020	13,000	50,500	Кисель из свежих ягод /смородина	150,000	6,10
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,65
6	0,140	0,020	0,480	2,200	Огурцы консервированные	20,000	5,15
7	7,450	5,160	18,890	141,920	Щи из свежей калусты с курицей и	180,000	15,93
Итого на Обед	22,300	9,830	77,020	466,890			62,59
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,05
2	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Ясли)	14,000	8,04
3	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,93
Итого на Полдник	13,930	14,360	13,520	238,750			25,02
Ужин							
1	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,88
2	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	8,85
3	10,040	3,780	1,820	83,730	Рыба запечённая в омлете - горбуша	60,000	40,22
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
Итого на Ужин	14,060	7,960	41,970	297,070			54,22
Итого:	62,180	43,640	208,230	1445,120			184,55

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /
: _____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД
на "4" мая 2023 г.

Диета:

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

Детский сад
№300
г.о. Самара

(подпись)

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
Завтрак							
1	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,19
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,11
3	5,870	5,670	31,430	193,870	Каша манная жидкая на молоке (Сад)	200,000	12,12
Итого на Завтрак	9,770	13,850	56,380	380,370			27,42
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	8,86
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			8,86
Обед							
1	13,380	5,280	34,760	231,100	Жаркое по - домашнему с	220,000	35,87
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
3	0,210	0,030	0,720	3,300	Огурцы консервированные	30,000	6,26
4	0,110	0,020	15,520	60,360	Кисель из свежих ягод /смородина	180,000	7,87
5	8,830	6,810	22,330	173,750	Щи из свежей капусты с курицей и	200,000	17,63
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,23
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,45
Итого на Обед	25,240	12,630	86,880	539,490			70,39
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,57
2	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	7,10
3	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,06
Итого на Полдник	20,140	25,310	16,380	373,400			29,73
Ужин							
1	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	7,95
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,64
3	14,190	8,470	2,670	143,800	Рыба запеченная в омлете - горбуша	80,000	52,36
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,17
Итого на Ужин	18,700	13,370	47,710	385,140			65,12
Итого:	74,170	65,480	216,790	1714,400			201,52

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /