

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "5" декабря 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	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	12,38
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,73
3	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	18,16
4	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,02
Итого на Завтрак	14,520	32,090	45,100	523,420			44,29
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	11,34
Итого на Второй завтрак	4,550	0,450	40,200	179,500			20,34
Обед							
1	4,140	4,740	8,820	88,770	Щи из свежей капусты с говядиной	180,000	23,87
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
3	0,250	0,000	15,200	56,940	Компот из чернослива (Ясли)	150,000	3,97
4	6,340	5,280	34,060	200,550	Каша гречневая рассыпчатая на воде	110,000	7,41
5	9,410	9,230	2,210	128,980	Гуляш из говядины 1 кат. (Ясли)	60,000	42,65
6	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет (Ясли)	40,000	3,16
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
8	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
Итого на Обед	23,660	23,450	78,910	603,220			84
Полдник							
1	4,900	2,570	44,250	219,730	Пирог фруктовый «Кубанский» (Ясли)	60,000	16,42
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	12,00
Итого на Полдник	9,250	6,320	50,550	295,730			28,42
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,54
2	21,040	9,760	117,650	621,840	Макароны отварные с сыром (Ясли)	180,000	19,71
3	4,200	4,800	7,050	87,000	Молоко кипячёное (Ясли)	150,000	13,49
Итого на Ужин	26,440	14,770	129,750	735,840			36,74
Итого:	78,420	77,080	344,510	2337,710			213,79

Калькулятор:

Федотов С.Н.

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "5" декабря 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	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	24,80
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,62
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,45
Итого на Завтрак	14,390	21,210	33,010	380,410			39,87
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,71
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,71
Обед							
1	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,36
2	7,480	6,300	40,200	237,310	Каша гречневая рассыпчатая на воде	130,000	9,21
3	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет (Сад)	40,000	2,95
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,47
5	0,300	0,000	18,510	69,360	Компот из чернослива (Сад)	180,000	4,43
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
7	4,320	5,560	9,400	99,340	Щи из свежей капусты с говядиной	200,000	22,10
8	10,280	8,270	2,640	126,000	Гуляш из говядины 1 кат. (Сад)	80,000	43,28
Итого на Обед	25,900	24,330	89,370	659,990			84,87
Полдник							
1	4,900	2,570	44,250	219,730	Пирог фруктовый «Кубанский» (Сад)	80,000	21,24
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	15,54
Итого на Полдник	10,120	7,070	51,810	311,730			36,78
Ужин							
1	23,440	10,850	131,140	692,800	Макароны отварные с сыром (Сад)	200,000	19,86
2	5,600	6,400	9,400	116,000	Молоко кипячёное (Сад)	180,000	16,06
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,51
Итого на Ужин	30,240	17,460	145,590	835,800			39,43
Итого:	81,550	70,070	337,960	2264,930			211,66

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____