

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД
на "6" февраля 2023 г.

Диета:

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
Завтрак							
1	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,84
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	10,11
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,21
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
Итого на Завтрак	13,500	15,640	40,080	369,540			34,66
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,26
Итого на Второй завтрак	0,750	0,000	15,150	64,000			8,26
Обед							
1	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	5,57
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,32
3	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	49,78
4	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый на курином бульоне	180,000	9,18
5	1,240	9,980	2,920	105,900	Салат из зеленого горошка	40,000	7,16
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	5,89
Итого на Обед	48,470	56,930	76,250	997,030			77,9
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	20,59
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,00
Итого на Полдник	13,600	8,890	38,550	285,000			29,59
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,95
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,66
4	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы (Ясли)	75,000	48,85
Итого на Ужин	23,690	12,130	32,310	331,360			62,73
Итого:	100,010	93,590	202,340	2046,930			213,14

Калькулятор:

Федотов С.Н.

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "6" февраля 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	5,98
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,00
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
4	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	10,91
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			34,39
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	9,77
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			9,77
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
2	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	34,59
3	1,550	10,000	3,650	109,900	Салат из зеленого горошка	50,000	10,33
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
5	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	5,90
6	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый на курином бульоне	200,000	8,56
Итого на Обед	59,820	68,180	98,140	1226,360			61,67
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,02
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	9,00
Итого на Полдник	15,550	10,580	41,250	318,900			24,02
Ужин							
1	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы (Сад)	85,000	53,58
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,22
3	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,77
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,33
Итого на Ужин	24,640	12,860	41,100	372,600			66,9
Итого:	115,910	109,730	246,350	2422,340			196,75

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /