

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "6" марта 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	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,88
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,26
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
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			33,2
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	5,06
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			5,06
Обед							
1	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	5,08
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
3	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	27,28
4	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый на курином бульоне	180,000	8,24
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 20 (Ясли)	20,000	1,92
6	0,930	9,960	2,190	101,900	Салат из зеленого горошка	30,000	8,31
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
Итого на Обед	48,160	56,910	75,520	993,030			53,08
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,03
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			22,03
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	8,63
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,95
4	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы/филе (Ясли)	75,000	49,49
Итого на Ужин	23,690	12,130	32,310	331,360			63,34
Итого:	99,190	93,810	192,340	2004,930			176,71

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "6" марта 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	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	10,41
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,56
4	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	11,22
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			36,17
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	8,98
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			8,98
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
2	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	6,36
3	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый на курином бульоне	200,000	9,14
4	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	35,49
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,11
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 20 (Сад)	20,000	0,00
7	1,240	9,980	2,920	105,900	Салат из зеленого горошка	40,000	9,28
Итого на Обед	59,510	68,160	97,410	1222,360			62,45
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,62
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	8,97
Итого на Полдник	15,550	10,580	41,250	318,900			24,59
Ужин							
1	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы/филе (Сад)	85,000	55,13
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,23
3	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	9,16
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,68
Итого на Ужин	24,640	12,860	41,100	372,600			69,2
Итого:	115,020	110,030	236,880	2377,340			201,39

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /