

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД  
на "6" октября 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
<b>Завтрак</b>							
1	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,04
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,91
3	1,290	4,780	6,020	72,170	Соус сметанный (Сад)	40,000	6,00
4	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Сад)	100,000	31,58
Итого на Завтрак	9,230	16,230	44,950	343,170			51,53
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,52
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,52
<b>Обед</b>							
1	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	4,09
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,36
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
4	14,900	9,830	14,080	203,220	Котлеты из говядины (Сад)	80,000	52,38
5	0,510	3,050	2,070	36,480	Салат из свежих помидоров и огурцов	60,000	8,76
6	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,30
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,14
8	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	200,000	17,33
Итого на Обед	32,050	27,820	82,160	768,480			93,44
<b>Полдник</b>							
1	8,000	7,910	59,600	327,810	Ватрушка с повидлом (Сад)	80,000	15,26
2	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	14,75
Итого на Полдник	13,220	12,410	67,160	418,810			30,01
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,23
2	3,430	11,350	20,210	198,000	Каша пшеничная жидкая на молоке	200,000	11,46
3	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,90
Итого на Ужин	4,690	11,570	34,160	261,000			15,59
Итого:	59,510	68,350	237,870	1827,460			200,09

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ /

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "6" октября 2023 г.

Диета:

№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
<b>Завтрак</b>							
1	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,61
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,58
3	18,100	5,090	14,720	177,720	Запеканка твор.- манная (Ясли)	100,000	30,80
4	0,990	3,880	4,050	55,060	Соус сметанный (Ясли)	30,000	6,01
Итого на Завтрак	23,470	16,100	42,270	408,780			50
<b>Второй завтрак</b>							
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
<b>Обед</b>							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,12
2	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	10,12
3	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,72
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,46
5	11,150	8,590	10,720	163,990	Котлеты из говядины (Ясли)	60,000	40,27
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
7	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	180,000	14,19
8	0,340	2,040	1,380	24,320	Салат из свежих помидоров и огурцов	40,000	6,40
Итого на Обед	27,180	24,840	69,320	675,850			81,49
<b>Полдник</b>							
1	6,200	6,240	50,140	276,080	Ватрушка с повидлом (Ясли)	70,000	12,62
2	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	12,05
Итого на Полдник	10,700	11,040	62,890	391,580			24,67
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,24
3	5,400	4,160	26,920	158,570	Каша пшеничная жидкая на молоке	150,000	8,42
Итого на Ужин	6,650	4,380	39,980	217,570			12,93
Итого:	68,240	56,600	220,340	1719,780			175,99

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. \_\_\_\_\_ /

: \_\_\_\_\_ /