

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "6" 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	9,44
2	6,150	10,870	36,010	259,300	Каша рисовая жидкая на молоке	180,000	18,94
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,98
Итого на Завтрак	9,560	17,540	58,040	418,800			34,36
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	10,12
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			10,12
Обед							
1	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,95
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
3	9,290	7,340	16,210	162,140	Суп гороховый с говядиной (Ясли)	180,000	22,56
4	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	110,000	6,84
5	8,090	10,140	5,880	145,490	Тефтели из говядины (Ясли)	60,000	35,53
6	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,10
8	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	2,42
Итого на Обед	25,400	33,110	83,530	723,030			80,3
Полдник							
1	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	12,05
2	15,930	7,170	22,600	219,340	Лакомка из Творога (Ясли)	70,000	30,72
Итого на Полдник	20,430	11,970	35,350	334,840			42,77
Ужин							
1	4,480	4,110	12,810	106,000	Суп молочный с гречневой крупой	150,000	11,65
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,54
3	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,28
Итого на Ужин	5,730	4,330	25,870	165,000			16,47
Итого:	61,360	67,190	208,670	1667,670			184,02

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" 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,49
2	6,880	12,200	40,180	290,040	Каша рисовая жидкая на молоке (Сад)	200,000	21,57
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	10,06
Итого на Завтрак	10,780	20,380	65,130	476,540			38,12
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,20
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,2
Обед							
1	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	130,000	10,79
2	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	4,98
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,38
4	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,77
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,58
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
7	10,960	8,640	19,820	193,430	Суп гороховый с говядиной (Сад)	200,000	21,22
8	10,870	12,430	8,120	185,550	Тефтели из говядины (Сад)	80,000	37,79
Итого на Обед	30,930	37,200	99,760	843,220			87,58
Полдник							
1	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	14,91
2	15,930	7,170	21,720	215,830	Лакомка из Творога (Сад)	70,000	29,42
Итого на Полдник	21,150	11,670	29,280	306,830			44,33
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,95
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,39
3	5,970	5,480	17,080	141,000	Суп молочный с гречневой крупой	200,000	15,66
Итого на Ужин	7,230	5,700	31,030	204,000			20
Итого:	70,410	75,270	234,640	1866,590			199,23

Калькулятор:

Федотов С.Н.