

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "7" 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
<b>Завтрак</b>							
1	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,03
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,78
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	21,08
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,850</b>	<b>20,270</b>	<b>28,660</b>	<b>345,910</b>			<b>36,89</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	8,37
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>8,37</b>
<b>Обед</b>							
1	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	3,37
2	0,860	2,590	5,690	47,480	Салат из картофеля с зеленым	50,000	6,11
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,00
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,16
5	2,520	2,780	17,000	103,000	Суп-харчо с говядиной (Сад)	200,000	21,69
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Сад ГКП)	3,000	0,08
7	12,690	8,880	21,200	196,090	Капуста тушеная с говядиной (Сад)	210,000	31,19
<b>Итого на Обед</b>	<b>19,180</b>	<b>14,740</b>	<b>82,420</b>	<b>519,550</b>			<b>64,6</b>
<b>Полдник</b>							
1	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	17,02
2	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	9,62
3	35,360	37,410	33,550	612,150	Булочка домашняя (Сад)	50,000	9,34
<b>Итого на Полдник</b>	<b>44,020</b>	<b>46,330</b>	<b>41,110</b>	<b>757,150</b>			<b>35,98</b>
<b>Ужин</b>							
1	4,360	8,680	12,210	123,000	Каша ячневая жидкая на молоке (Сад)	200,000	11,66
2	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,13
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,17
<b>Итого на Ужин</b>	<b>5,620</b>	<b>8,900</b>	<b>26,160</b>	<b>186,000</b>			<b>15,96</b>
<b>Итого:</b>	<b>82,570</b>	<b>90,240</b>	<b>196,530</b>	<b>1885,610</b>			<b>161,8</b>

Калькулятор:

Федотов С.Н.

*Федотов С.Н.*

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "7" 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
<b>Завтрак</b>							
1	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,03
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,78
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	21,08
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,850</b>	<b>20,270</b>	<b>28,660</b>	<b>345,910</b>			<b>36,89</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	8,37
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>8,37</b>
<b>Обед</b>							
1	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	3,37
2	0,860	2,590	5,690	47,480	Салат из картофеля с зелёным	50,000	6,11
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,00
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,16
5	2,520	2,780	17,000	103,000	Суп-харчо с говядиной (Сад)	200,000	21,69
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Сад ГКП)	3,000	0,08
7	12,690	8,880	21,200	196,090	Капуста тушеная с говядиной (Сад)	210,000	31,19
<b>Итого на Обед</b>	<b>19,180</b>	<b>14,740</b>	<b>82,420</b>	<b>519,550</b>			<b>64,6</b>
<b>Полдник</b>							
1	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	17,02
2	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	9,62
3	35,360	37,410	33,550	612,150	Булочка домашняя (Сад)	50,000	9,34
<b>Итого на Полдник</b>	<b>44,020</b>	<b>46,330</b>	<b>41,110</b>	<b>757,150</b>			<b>35,98</b>
<b>Ужин</b>							
1	4,360	8,680	12,210	123,000	Каша ячневая жидкая на молоке (Сад)	200,000	11,66
2	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,13
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,17
<b>Итого на Ужин</b>	<b>5,620</b>	<b>8,900</b>	<b>26,160</b>	<b>186,000</b>			<b>15,96</b>
<b>Итого:</b>	<b>82,570</b>	<b>90,240</b>	<b>196,530</b>	<b>1885,610</b>			<b>161,8</b>

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