

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "7" августа 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	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	8,76
2	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	10,33
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,41
4	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,27
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			32,77
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	7,10
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			7,1
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 15	15,000	0,26
2	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	40,04
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
4	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	50,000	4,29
5	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	6,19
6	1,740	3,740	9,380	72,710	Суп овощной на к/б (Сад)	200,000	5,85
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,27
Итого на Обед	47,410	59,000	79,450	1019,650			58,98
Полдник							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	10,01
2	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,68
Итого на Полдник	15,550	10,580	41,250	318,900			25,69
Ужин							
1	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы/филе (Сад)	85,000	70,58
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,79
3	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	9,39
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,20
Итого на Ужин	24,640	12,860	41,100	372,600			84,96
Итого:	102,920	100,870	218,920	2174,630			209,5

Кладовщик:

Скачков (1) В.В.