

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "8" июня 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	6,15
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,82
3	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,13
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,950</b>	<b>25,070</b>	<b>49,790</b>	<b>552,000</b>			<b>35,6</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,91
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,91</b>
<b>Обед</b>							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,08
2	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	4,96
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,54
4	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	23,77
5	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	6,29
6	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	24,45
7	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,01
8	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
<b>Итого на Обед</b>	<b>14,450</b>	<b>22,040</b>	<b>92,660</b>	<b>617,100</b>			<b>71,18</b>
<b>Полдник</b>							
1	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	9,03
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Варенец (Сад)	180,000	14,20
<b>Итого на Полдник</b>	<b>9,750</b>	<b>8,620</b>	<b>20,900</b>	<b>192,360</b>			<b>23,23</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,28
2	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	80,000	45,40
3	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	8,42
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,83
<b>Итого на Ужин</b>	<b>15,770</b>	<b>12,370</b>	<b>51,750</b>	<b>378,190</b>			<b>58,93</b>
<b>Итого:</b>	<b>54,820</b>	<b>68,100</b>	<b>233,280</b>	<b>1816,650</b>			<b>199,85</b>

Калькулятор:

Федотов С.Н.

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "8" июня 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	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,57
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
3	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	8,99
4	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,20
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,030</b>	<b>20,240</b>	<b>38,940</b>	<b>444,000</b>			<b>32,26</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,35
2	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,98
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>1,440</b>	<b>1,500</b>	<b>15,170</b>	<b>80,250</b>			<b>13,33</b>
<b>Обед</b>							
1	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,19
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
3	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,37
4	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	21,49
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
6	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленые из курицы /филе/	60,000	18,17
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,64
8	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	2,90
<b>Итого на Обед</b>	<b>24,310</b>	<b>31,610</b>	<b>79,230</b>	<b>686,460</b>			<b>59,02</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	30,000	6,85
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Варенец (Ясли)	150,000	11,85
<b>Итого на Полдник</b>	<b>7,980</b>	<b>7,190</b>	<b>16,970</b>	<b>157,610</b>			<b>18,7</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	60,000	36,01
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	3,28
4	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	7,94
<b>Итого на Ужин</b>	<b>12,670</b>	<b>9,810</b>	<b>46,190</b>	<b>321,040</b>			<b>50,5</b>
<b>Итого:</b>	<b>58,430</b>	<b>70,350</b>	<b>196,500</b>	<b>1689,360</b>			<b>173,81</b>

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