

Учреждение:

МБДОУ №300 г.о. Самара 2 корпус (питание)

Руководитель:

«Утверждаю»

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "9" января 2023 г.

Диета: Ясли



№ 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	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,16
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,25
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,500</b>	<b>15,640</b>	<b>40,080</b>	<b>369,540</b>			<b>31,47</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	12,55
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,750</b>	<b>0,000</b>	<b>15,150</b>	<b>64,000</b>			<b>12,55</b>
<b>Обед</b>							
1	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	2,70
2	1,240	9,980	2,920	105,900	Салат из зеленого горошка	40,000	6,39
3	10,040	13,560	41,600	319,200	Плов рисовый с гов. тушенкой (Ясли)	180,000	27,71
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
5	2,760	3,330	12,710	83,690	Борщ из свежей капусты с	180,000	8,94
<b>Итого на Обед</b>	<b>16,920</b>	<b>27,410</b>	<b>88,740</b>	<b>652,790</b>			<b>47,95</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,50
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,20
<b>Итого на Полдник</b>	<b>13,600</b>	<b>8,890</b>	<b>38,550</b>	<b>285,000</b>			<b>22,7</b>
<b>Ужин</b>							
1	5,160	5,040	8,600	100,000	Суп с рыбными консервами (Ясли)	180,000	19,53
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	0,84
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	5,72
<b>Итого на Ужин</b>	<b>6,500</b>	<b>5,280</b>	<b>21,850</b>	<b>159,340</b>			<b>26,09</b>
<b>Итого:</b>	<b>51,270</b>	<b>57,220</b>	<b>204,370</b>	<b>1530,670</b>			<b>140,76</b>

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