

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "9" февраля 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	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	9,12
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	9,48
3	4,440	4,130	22,760	141,410	Каша манная жидкая на молоке	150,000	10,53
Итого на Завтрак	7,850	10,800	44,790	300,910			29,13
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,59
Итого на Второй завтрак	0,750	0,000	15,150	64,000			8,59
Обед							
1	7,450	5,160	18,890	141,920	Щи из свежей капусты на к/б с	180,000	20,77
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	1,42
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 2г (Ясли ГКП)	2,000	0,05
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Сад ГКП)	3,000	0,08
6	0,090	0,020	13,000	50,500	Кисель из свежих ягод /смородина	150,000	5,49
7	11,780	4,120	30,170	197,890	Жаркое по - домашнему с	200,000	31,26
8	0,640	0,090	2,180	10,010	Огурцы консервированные	50,000	10,72
Итого на Обед	22,670	9,880	77,790	471,300			72
Полдник							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Ясли)	150,000	16,37
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,92
3	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Ясли)	14,000	12,72
Итого на Полдник	8,480	9,670	6,020	144,250			33,01
Ужин							
1	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	10,11
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,11
3	10,040	3,780	1,820	83,730	Рыба запечённая в омлете - горбуша	60,000	40,20
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,08
Итого на Ужин	14,060	7,960	41,970	297,070			55,5
Итого:	53,810	38,310	185,720	1277,530			198,23

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "9" февраля 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	6,33
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,36
3	5,870	5,670	31,430	193,870	Каша манная жидкая на молоке (Сад)	200,000	12,30
Итого на Завтрак	9,770	13,850	56,380	380,370			27,99
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,08
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,08
Обед							
1	1,130	3,200	4,440	51,000	Щи из свежей капусты на к/б с	200,000	13,89
2	0,640	0,090	2,180	10,010	Огурцы консервированные	50,000	7,65
3	13,220	5,270	33,650	227,020	Жаркое по - домашнему с	220,000	34,89
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,14
5	0,110	0,020	15,520	60,360	Кисель из свежих ягод /смородина	180,000	6,64
6	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,48
Итого на Обед	17,810	9,070	69,340	419,370			65,69
Полдник							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Сад)	180,000	15,61
2	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,04
3	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	10,09
Итого на Полдник	12,740	18,930	6,180	245,000			32,74
Ужин							
1	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,36
2	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	7,90
3	14,190	8,470	2,670	143,800	Рыба запечённая в омлете - горбуша	80,000	51,80
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
Итого на Ужин	18,700	13,370	47,710	385,140			64,33
Итого:	59,920	55,220	197,790	1506,880			200,83

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /