

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 2

МЕНЮ БЛЮД
на "10" января 2023 г.

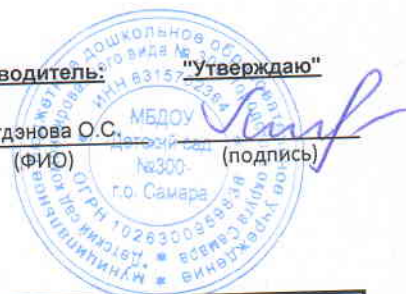
Диета:

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)



№ п/п	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность одной порции, ккал	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, гр	Стоимость порции
Завтрак							
1	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	40,000	13,34
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	12,29
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	3,48
4	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	18,44
Итого на Завтрак	14,580	32,120	50,380	540,760			47,55
Второй завтрак							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	6,52
2	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	12,55
Итого на Второй завтрак	4,550	0,450	40,200	179,500			19,07
Обед							
1	1,510	1,670	10,200	62,000	Суп-харчо с говядиной (Ясли)	180,000	16,15
2	11,200	8,080	15,290	165,990	Капуста тушеная с говядиной (Ясли)	170,000	31,66
3	0,330	0,000	20,820	85,000	Компот из сухофруктов (Ясли)	150,000	3,20
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	3,31
5	1,600	4,880	0,400	52,000	Салат из картофеля с зеленым	40,000	10,29
Итого на Обед	17,280	15,110	60,070	434,990			64,61
Полдник							
1	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Ясли)	14,000	8,00
2	35,360	37,410	33,550	612,150	Булочка домашняя п/ф 60г (Ясли)	50,000	9,71
3	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	13,20
Итого на Полдник	43,150	45,580	39,850	741,150			30,91
Ужин							
1	5,230	4,170	29,350	170,030	Каша ячневая жидкая на молоке	150,000	12,13
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,45
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	1,63
Итого на Ужин	6,480	4,390	42,410	229,030			14,21
Итого:	86,040	97,650	232,910	2125,430			176,35

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /