

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Ст. Воспитатель:

Лопатина С. Д.

(ФИО)

"Утверждаю"



(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "10" мая 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,26
2	6,880	12,200	40,180	290,040	Каша рисовая жидкая на молоке (Сад)	200,000	24,30
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,11
Итого на Завтрак	10,780	20,380	65,130	476,540			39,67
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,20
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,2
Обед							
1	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	4,49
2	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Сад)	65,000	24,73
3	7,350	5,180	19,990	148,680	Суп гороховый с гов.тушенкой (Сад)	200,000	13,75
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
5	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	130,000	10,39
6	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,20
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
8	0,210	0,030	0,720	3,300	Огурцы консервированные	30,000	6,39
Итого на Обед	18,040	21,430	65,730	520,960			62,23
Полдник							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	10,21
2	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	14,21
Итого на Полдник	9,020	4,950	32,250	205,500			24,42
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,08
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,14
3	4,420	5,580	25,220	156,700	Овощи тушеные в молочном соусе	200,000	16,47
Итого на Ужин	5,680	5,800	39,170	219,700			20,69
Итого:	44,420	52,560	220,460	1499,700			157,21

Калькулятор:

Федотов С.Н.



Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД
на "10" мая 2023 г.

Диета:

Ст. Воспитатель:

"Утверждаю"

Лопатина С. Д.

(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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,39
2	6,150	10,870	36,010	259,300	Каша рисовая жидкая на молоке	180,000	21,43
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,57
Итого на Завтрак	9,560	17,540	58,040	418,800			35,39
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,60
Итого на Второй завтрак	0,750	0,000	15,150	64,000			8,6
Обед							
1	0,140	0,020	0,480	2,200	Огурцы консервированные	20,000	5,31
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
4	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	110,000	6,66
5	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	4,24
6	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Ясли)	65,000	24,50
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,65
8	6,780	4,250	18,200	131,490	Суп гороховый с гов. тушенкой (Ясли)	180,000	12,67
Итого на Обед	17,350	20,480	60,070	487,670			56,29
Полдник							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Кефир (Ясли)	150,000	11,86
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	10,21
Итого на Полдник	8,150	4,200	31,050	190,500			22,07
Ужин							
1	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,99
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
3	3,240	3,820	18,390	111,860	Овощи тушеные в молочном соусе	150,000	11,88
Итого на Ужин	4,490	4,040	31,450	170,860			16,14
Итого:	40,300	46,260	195,760	1831,830			138,49

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /