

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "11" января 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	6,06
2	2,160	2,550	16,650	98,400	Молоко сгущённое (Сад)	30,000	7,26
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,23
4	46,190	33,540	19,240	565,190	Пудинг творожно-рисовый (Сад)	100,000	22,22
Итого на Завтрак	53,790	45,210	65,190	884,590			43,77
Второй завтрак							
1	0,560	0,140	5,250	27,000	Мандарины (Сад)	70,000	14,35
Итого на Второй завтрак	0,560	0,140	5,250	27,000			14,35
Обед							
1	8,640	11,420	6,470	161,730	Шницель из говядины (Сад)	80,000	21,39
2	4,200	1,940	33,190	157,220	Каша перловая рассыпчатая (Сад)	130,000	2,91
3	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	231,67
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
5	8,170	10,680	13,420	174,820	Свекольник (Сад)	200,000	21,08
6	0,950	4,450	3,850	59,500	Икра кабачковая (Сад)	50,000	6,26
Итого на Обед	24,890	29,040	92,070	712,270			285,52
Полдник							
1	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Сад)	40,000	5,35
2	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	0,00
Итого на Полдник	22,240	11,100	137,660	657,000			5,35
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,51
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	3,420	2,860	23,350	122,490	Рагу овощное (Сад)	130,000	8,02
Итого на Ужин	4,680	3,080	37,300	185,490			11,8
Итого:	106,160	88,570	337,470	2466,350			360,79

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /