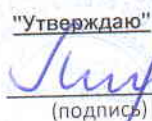


Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)
Корпус 1

Руководитель:
Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "11" декабря 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							
				80,000	Яйца (Ясли)	40,000	12,00
1	5,080	4,600	0,280				
2	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,99
3	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,87
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,04
Итого на Завтрак	13,500	15,640	40,080	369,540			35,9
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,90
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,9
Обед							
1	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	30,93
2	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	6,26
3	1,530	2,530	8,270	57,160	Суп овощной на к/б (Ясли)	180,000	4,08
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
5	0,760	3,560	3,080	47,600	Икра кабачковая (Ясли)	40,000	5,02
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
Итого на Обед	35,960	40,080	56,970	721,400			48,72
Полдник							
1	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,63
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	10,93
Итого на Полдник	10,490	9,940	13,520	185,750			15,56
Ужин							
1	12,830	5,200	3,740	112,050	Соте из минтая б/г, (Ясли)	135,000	20,75
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,88
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,55
Итого на Ужин	14,170	5,440	16,990	171,390			26,18
Итого:	74,360	71,340	133,440	1474,080			133,26

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "11" декабря 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	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,61
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,54
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	11,96
4	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	11,85
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			38,96
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,44
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,44
Обед							
1	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	39,44
2	1,740	3,740	9,380	72,710	Суп овощной на к/б (Сад)	200,000	4,43
3	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	6,26
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 5	5,000	0,24
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,40
7	0,950	4,450	3,850	59,500	Икра кабачковая (Сад)	50,000	6,20
Итого на Обед	47,400	53,410	80,010	974,180			59,05
Полдник							
1	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,44
2	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	14,75
Итого на Полдник	16,700	20,890	16,380	320,400			22,19
Ужин							
1	12,830	5,200	3,740	112,050	Соте из минтая б/г (Сад)	160,000	22,86
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,64
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,58
Итого на Ужин	14,170	5,440	16,990	171,390			28,08
Итого:	93,590	98,170	170,500	1929,450			157,72

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /