

Учреждение:
Подразделение

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



Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "12" июля 2023 г.

Диета:

| № п/п | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Калорийность одной порции, ккал | Наименование рациона/ блюда | Вес одной порции, гр | Степень жирности порции |
|--------------------------------|---------------|---------------|----------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------|-------------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | 2,020 | 6,230 | 12,060 | 112,000 | Бутерброды с маслом (Сад) | 30,000 | 5,85 |
| 2 | 3,420 | 2,890 | 17,240 | 109,000 | Кофейный напиток на молоке (Сад) | 180,000 | 8,47 |
| 3 | 16,120 | 5,860 | 22,960 | 207,870 | Пудинг творожно-рисовый (Сад) | 100,000 | 28,57 |
| 4 | 2,160 | 2,550 | 16,650 | 98,400 | Молоко сгущенное (Сад) | 30,000 | 7,13 |
| Итого на Завтрак | 23,720 | 17,530 | 68,910 | 527,270 | | | 50,02 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,900 | 0,000 | 18,180 | 77,000 | Сок фруктовый (Сад) | 180,000 | 10,53 |
| Итого на Второй завтрак | 0,900 | 0,000 | 18,180 | 77,000 | | | 10,53 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 8,640 | 11,420 | 6,470 | 161,730 | Шницель из говядины (Сад) | 80,000 | 24,11 |
| 2 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Сад) | 40,000 | 2,31 |
| 3 | 8,170 | 10,680 | 13,420 | 174,820 | Свекольник (Сад) | 200,000 | 25,95 |
| 4 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад) | 5,000 | 0,10 |
| 5 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Сад) | 2,000 | 0,57 |
| 6 | 4,200 | 1,940 | 33,190 | 157,220 | Каша перловая рассыпчатая (Сад) | 130,000 | 2,66 |
| 7 | 0,950 | 4,450 | 3,850 | 59,500 | Икра кабачковая (Сад) | 50,000 | 6,34 |
| 8 | 0,290 | 0,070 | 21,780 | 89,000 | Компот из Вишни (Сад) | 180,000 | 4,34 |
| Итого на Обед | 24,960 | 29,050 | 92,260 | 713,250 | | | 66,38 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 17,020 | 6,600 | 130,460 | 567,000 | Батон с повидлом (Сад) | 40,000 | 5,83 |
| 2 | 5,220 | 4,500 | 7,200 | 90,000 | Кефир (Сад) | 180,000 | 14,65 |
| Итого на Полдник | 22,240 | 11,100 | 137,660 | 657,000 | | | 20,48 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 0,060 | 0,010 | 8,900 | 36,000 | Чай сладкий (Сад) | 180,000 | 1,21 |
| 2 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Сад) | 40,000 | 3,15 |
| 3 | 3,420 | 2,860 | 23,350 | 122,490 | Рагу овощное (Сад) | 130,000 | 12,22 |
| Итого на Ужин | 4,680 | 3,080 | 37,300 | 185,490 | | | 16,58 |
| Итого: | 76,500 | 60,760 | 354,310 | 2160,010 | | | 163,99 |


Кладовщик:

Скачков (1) В.В.

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:
Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "12" июля 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 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Молоко сгущённое (Ясли) | 15,000 | 3,75 |
| 2 | 1,530 | 4,720 | 9,140 | 85,000 | Бутерброды с маслом (Ясли) | 25,000 | 5,33 |
| 3 | 2,850 | 2,410 | 14,360 | 91,000 | Кофейный напиток на молоке (Ясли) | 150,000 | 7,66 |
| 4 | 15,660 | 3,870 | 22,220 | 185,000 | Пудинг творожно-рисовый (Ясли) | 100,000 | 26,40 |
| Итого на Завтрак | 20,040 | 11,000 | 45,720 | 361,000 | | | 43,14 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,750 | 0,000 | 15,150 | 64,000 | Сок фруктовый (Ясли) | 150,000 | 9,01 |
| Итого на Второй завтрак | 0,750 | 0,000 | 15,150 | 64,000 | | | 9,01 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 2,110 | 4,260 | 11,900 | 87,500 | Свекольник (Ясли) | 180,000 | 19,56 |
| 2 | 0,760 | 3,560 | 3,080 | 47,600 | Икра кабачковая (Ясли) | 40,000 | 4,99 |
| 3 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли) | 3,000 | 0,04 |
| 4 | 6,360 | 8,540 | 3,730 | 116,050 | Шницель из говядины (Ясли) | 60,000 | 16,78 |
| 5 | 0,240 | 0,060 | 18,150 | 74,000 | Компот из Вишни (Ясли) | 150,000 | 2,19 |
| 6 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Ясли) | 1,000 | 0,61 |
| 7 | 3,740 | 1,890 | 29,510 | 141,220 | Каша перловая рассыпчатая (Ясли) | 110,000 | 2,56 |
| 8 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Ясли) | 40,000 | 2,21 |
| Итого на Обед | 15,920 | 18,800 | 79,920 | 537,350 | | | 48,94 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 4,350 | 3,750 | 6,000 | 75,000 | Кефир (Ясли) | 150,000 | 11,85 |
| 2 | 17,020 | 6,600 | 130,460 | 567,000 | Батон с повидлом (Ясли) | 40,000 | 5,82 |
| Итого на Полдник | 21,370 | 10,350 | 136,460 | 642,000 | | | 17,67 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 2,530 | 3,740 | 17,580 | 106,840 | Рагу овощное (Ясли) | 110,000 | 10,15 |
| 2 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли) | 40,000 | 3,27 |
| 3 | 0,050 | 0,010 | 8,010 | 32,000 | Чай сладкий (Ясли) | 150,000 | 1,00 |
| Итого на Ужин | 3,780 | 3,960 | 30,640 | 165,840 | | | 14,42 |
| Итого: | 61,860 | 44,110 | 307,890 | 1770,190 | | | 133,18 |

Кладовщик:  Скачков (1) В.В. /