

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)



МЕНЮ БЛЮД
на "12" октября 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	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	11,28
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,78
3	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,37
4	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,10
Итого на Завтрак	13,950	25,070	49,790	552,000			37,53
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,80
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,8
Обед							
1	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,13
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
3	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	5,02
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,46
6	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,65
7	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	6,33
8	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	21,66
Итого на Обед	14,450	22,040	92,660	617,100			50,54
Полдник							
1	5,220	4,500	7,560	92,000	Варенец (Сад)	180,000	0,00
2	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	8,37
Итого на Полдник	9,750	8,620	20,900	192,360			8,37
Ужин							
1	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,81
2	9,300	4,290	13,160	124,270	Уха рыбацкая (Сад)	200,000	33,74
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
Итого на Ужин	10,640	4,530	26,410	183,610			38,82
Итого:	49,690	60,260	207,940	1622,070			146,06

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)



МЕНЮ БЛЮД
на "12" октября 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	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,13
2	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	9,17
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	11,28
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,58
Итого на Завтрак	12,030	20,240	38,940	444,000			33,16
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,92
Итого на Второй завтрак	1,440	1,500	15,170	80,250			12,92
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) Зг (Ясли)	3,000	0,04
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,46
3	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,13
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
5	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,65
6	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	2,89
7	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	19,31
8	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленые из курицы /филе/	60,000	3,59
Итого на Обед	24,310	31,610	79,230	686,460			42,28
Полдник							
1	4,350	3,750	6,300	76,000	Варенец (Ясли)	150,000	0,00
2	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	30,000	6,84
Итого на Полдник	7,980	7,190	16,970	157,610			6,84
Ужин							
1	7,520	3,750	10,490	102,470	Уха рыбацкая (Ясли)	180,000	27,57
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,81
Итого на Ужин	8,860	3,990	23,740	161,810			32,65
Итого:	54,620	64,530	174,050	1530,130			127,85

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

: _____ /