

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

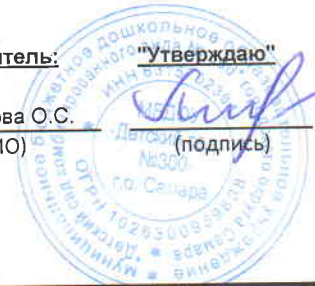
Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД
на "13" 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	5,99
2	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Сад)	100,000	28,60
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,41
4	0,560	1,440	4,040	30,740	Соус молочный сладкий (Сад)	30,000	2,99
Итого на Завтрак	8,500	12,890	42,970	301,740			45,99
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,72
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,72
Обед							
1	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	3,28
2	0,560	1,480	4,020	31,060	Соус томатный (Сад)	40,000	2,76
3	20,160	19,200	46,160	427,590	Запеканка картофельная с говядиной	220,000	36,53
4	0,820	3,020	5,700	47,660	Салат из свеклы с чесноком (Сад)	50,000	2,59
5	8,770	7,980	19,030	177,590	Рассольник ленинградский м/к (Сад)	200,000	18,47
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,17
Итого на Обед	33,560	32,160	88,520	832,900			65,8
Полдник							
1	8,000	7,910	59,600	327,810	Ватрушка с повидлом (Сад)	80,000	18,68
2	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	14,27
Итого на Полдник	13,220	12,410	67,160	418,810			32,95
Ужин							
1	8,090	4,160	59,850	293,770	Каша пшеничная рассыпчатая с	200,000	17,09
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	5,600	6,400	9,400	116,000	Молоко кипячёное (Сад)	200,000	16,72
Итого на Ужин	14,890	10,770	74,300	436,770			37,08
Итого:	70,490	68,550	282,390	2026,220			191,54

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /