

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)



**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
<b>Завтрак</b>							
1	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,65
3	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Ясли)	50,000	19,76
4	0,280	0,680	1,980	14,870	Соус молочный сладкий (Ясли)	15,000	1,44
Итого на Завтрак	7,160	10,140	35,110	240,870			34,41
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	7,70
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			7,7
<b>Обед</b>							
1	0,340	0,740	2,810	18,790	Соус томатный (Ясли)	30,000	1,63
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
3	0,800	2,010	3,940	38,000	Салат из свеклы с чесноком (Ясли)	40,000	4,72
4	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	4,21
5	7,880	7,180	17,000	159,280	Рассольник ленинградский (Ясли)	180,000	20,15
6	13,890	13,090	31,920	293,880	Запеканка картофельная с говядиной	150,000	33,19
Итого на Обед	26,160	23,500	69,280	658,950			66,11
<b>Полдник</b>							
1	6,200	6,240	50,140	276,080	Ватрушка с повидлом (Ясли)	70,000	14,65
2	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	12,13
Итого на Полдник	10,700	11,040	62,890	391,580			26,78
<b>Ужин</b>							
1	4,200	4,800	7,050	87,000	Молоко кипячёное (Ясли)	150,000	13,16
2	7,280	3,740	53,870	264,390	Каша пшенная рассыпчатая с	180,000	15,67
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
Итого на Ужин	12,680	8,750	65,970	378,390			32,1
Итого:	56,940	53,670	239,130	1695,790			167,1

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ /