

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД
на "13" февраля 2023 г.

Диета:

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

| № п/п | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Калорийность одной порции, ккал | Наименование рациона/ блюда | Вес одной порции, гр | Стоимость порции |
|--------------------------------|---------------|---------------|----------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------|------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | 2,540 | 4,230 | 24,960 | 144,360 | Каша "Дружба" жидкая на молоке | 155,000 | 17,75 |
| 2 | 1,530 | 4,720 | 9,140 | 85,000 | Бутерброды с маслом (Ясли) | 25,000 | 6,77 |
| 3 | 1,880 | 1,950 | 12,890 | 74,500 | Какао на молоке (Ясли) | 150,000 | 8,77 |
| Итого на Завтрак | 5,950 | 10,900 | 46,990 | 303,860 | | | 33,29 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,240 | 0,240 | 5,880 | 26,000 | Яблоки (Ясли) | 60,000 | 9,01 |
| Итого на Второй завтрак | 0,240 | 0,240 | 5,880 | 26,000 | | | 9,01 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 27,780 | 2,100 | 11,280 | 102,000 | Гороховое пюре (Ясли) | 110,000 | 4,73 |
| 2 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли) | 3,000 | 0,10 |
| 3 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Ясли) | 40,000 | 3,87 |
| 4 | 9,000 | 46,320 | 1,720 | 459,700 | Суфле из курицы (Ясли) | 60,000 | 34,84 |
| 5 | 0,040 | 0,000 | 8,530 | 32,400 | Компот из Клюквы (Ясли) | 150,000 | 4,52 |
| 6 | 0,700 | 1,020 | 4,750 | 27,320 | Салат из овощей (Ясли) | 30,000 | 4,73 |
| 7 | 5,470 | 5,360 | 14,090 | 122,120 | Суп картофельный на к/б с | 180,000 | 10,95 |
| Итого на Обед | 45,630 | 55,280 | 53,730 | 813,540 | | | 63,74 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 0,690 | 1,500 | 0,020 | 16,250 | Печенье (Ясли) | 25,000 | 3,97 |
| 2 | 9,800 | 8,440 | 13,500 | 169,500 | Йогурт (Ясли) | 150,000 | 15,86 |
| Итого на Полдник | 10,490 | 9,940 | 13,520 | 185,750 | | | 19,83 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 0,120 | 0,740 | 0,820 | 10,360 | Соус белый основной (Ясли) | 20,000 | 1,18 |
| 2 | 0,140 | 0,030 | 8,200 | 32,340 | Чай с лимоном (Ясли) | 150,000 | 1,52 |
| 3 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли) | 40,000 | 4,19 |
| 4 | 5,460 | 3,210 | 3,650 | 64,500 | Рыба запеченная /горбуша/ с | 60,000 | 17,97 |
| Итого на Ужин | 6,920 | 4,190 | 17,720 | 134,200 | | | 24,86 |
| Итого: | 69,230 | 80,550 | 137,840 | 1463,350 | | | 150,73 |

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)



МЕНЮ БЛЮД
на "13" февраля 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 | 6,04 |
| 2 | 6,120 | 6,120 | 35,090 | 214,720 | Каша " Дружба" жидкая на молоке | 200,000 | 13,01 |
| 3 | 1,880 | 1,950 | 12,890 | 74,500 | Какао на молоке (Сад) | 180,000 | 9,30 |
| Итого на Завтрак | 10,020 | 14,300 | 60,040 | 401,220 | | | 28,35 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,320 | 0,320 | 9,440 | 36,000 | Яблоки (Сад) | 80,000 | 9,30 |
| Итого на Второй завтрак | 0,320 | 0,320 | 9,440 | 36,000 | | | 9,3 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 0,910 | 1,330 | 6,230 | 35,720 | Салат из овощей (Сад) | 40,000 | 3,97 |
| 2 | 37,040 | 2,800 | 12,040 | 136,000 | Гороховое пюре (Сад) | 130,000 | 3,11 |
| 3 | 12,240 | 17,520 | 2,680 | 217,150 | Суфле из курицы (Сад) | 80,000 | 23,89 |
| 4 | 0,050 | 0,000 | 12,660 | 48,080 | Компот из Клюквы (Сад) | 180,000 | 5,65 |
| 5 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Сад) | 40,000 | 2,21 |
| 6 | 5,720 | 5,380 | 15,850 | 129,920 | Суп картофельный на к/б с | 200,000 | 8,68 |
| 7 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад) | 5,000 | 0,08 |
| Итого на Обед | 58,600 | 27,510 | 62,820 | 636,870 | | | 47,59 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 4,950 | 10,760 | 0,180 | 117,000 | Печенье (Сад) | 45,000 | 7,06 |
| 2 | 11,750 | 10,130 | 16,200 | 203,400 | Йогурт (Сад) | 180,000 | 15,02 |
| Итого на Полдник | 16,700 | 20,890 | 16,380 | 320,400 | | | 22,08 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 0,240 | 1,470 | 1,540 | 20,310 | Соус белый основной (Сад) | 30,000 | 1,52 |
| 2 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Сад) | 40,000 | 3,27 |
| 3 | 7,260 | 4,520 | 4,740 | 87,670 | Рыба запечённая /горбуша/ с | 80,000 | 21,24 |
| 4 | 0,140 | 0,030 | 8,200 | 32,340 | Чай с лимоном (Сад) | 180,000 | 1,21 |
| Итого на Ужин | 8,840 | 6,230 | 19,530 | 167,320 | | | 27,24 |
| Итого: | 94,480 | 69,250 | 168,210 | 1561,810 | | | 134,56 |

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /