

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель: Лыгдэнова О.С.
(ФИО) "Утверждаю"
(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "13" марта 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	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,88
2	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	16,99
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,74
Итого на Завтрак	5,950	10,900	46,990	303,860			32,61
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	14,05
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			14,05
Обед							
1	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	3,02
2	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,64
3	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный на к/б с	180,000	4,54
4	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	31,49
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,07
6	0,700	1,020	4,750	27,320	Салат из овощей (Ясли)	30,000	3,18
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 20 (Ясли)	20,000	0,00
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,48
Итого на Обед	45,630	55,280	53,730	813,540			49,42
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	14,45
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,97
Итого на Полдник	10,490	9,940	13,520	185,750			18,42
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	5,460	3,210	3,650	64,500	Рыба запечённая /горбуша/ с	60,000	22,91
3	0,120	0,740	0,820	10,360	Соус белый основной (Ясли)	20,000	0,93
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,74
Итого на Ужин	6,920	4,190	17,720	134,200			28,85
Итого:	69,230	80,550	137,840	1463,350			143,35

Калькулятор: Федотов С.Н. /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)



**МЕНЮ БЛЮД
на "13" марта 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	6,08
2	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша " Дружба" жидкая на молоке	200,000	13,23
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,53
Итого на Завтрак	10,020	14,300	60,040	401,220			28,84
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	11,16
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			11,16
Обед							
1	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный на к/б с	200,000	4,84
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,27
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
4	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	5,70
5	12,240	17,520	2,680	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	24,37
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 20 (Сад)	20,000	0,22
7	0,910	1,330	6,230	35,720	Салат из овощей (Сад)	40,000	4,29
8	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	3,12
Итого на Обед	58,600	27,510	62,820	636,870			44,89
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,70
2	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,06
Итого на Полдник	16,700	20,890	16,380	320,400			22,76
Ужин							
1	0,240	1,470	1,540	20,310	Соус белый основной (Сад)	30,000	1,53
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,26
3	7,260	4,520	4,740	87,670	Рыба запечённая /горбуша/ с	80,000	29,68
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,42
Итого на Ужин	8,840	6,230	19,530	167,320			35,89
Итого:	94,480	69,250	168,210	1561,810			143,54

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /