



Руководитель:

"Утверждаю"

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД  
на "13" апреля 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,60
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,81
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
4	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	11,63
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,950</b>	<b>25,070</b>	<b>49,790</b>	<b>552,000</b>			<b>34,54</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,83
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,83</b>
<b>Обед</b>							
1	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,49
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,17
3	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленые из курицы /филе/	60,000	20,73
4	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	14,52
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
6	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	8,54
7	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	5,43
8	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	6,66
<b>Итого на Обед</b>	<b>14,450</b>	<b>22,040</b>	<b>92,660</b>	<b>617,100</b>			<b>58,61</b>
<b>Полдник</b>							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	17,12
2	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	8,11
<b>Итого на Полдник</b>	<b>16,280</b>	<b>14,250</b>	<b>29,540</b>	<b>303,760</b>			<b>25,23</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,21
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,53
3	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	80,000	39,91
4	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	8,45
<b>Итого на Ужин</b>	<b>15,770</b>	<b>12,370</b>	<b>51,750</b>	<b>378,190</b>			<b>53,1</b>
<b>Итого:</b>	<b>61,350</b>	<b>73,730</b>	<b>241,920</b>	<b>1928,050</b>			<b>182,31</b>

Кладовщик:

Скачков (1) В.В.

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)  
Корпус 2

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

МЕНЮ БЛЮД  
на "13" апреля 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	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,91
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,02
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,55
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,950</b>	<b>25,070</b>	<b>49,790</b>	<b>552,000</b>			<b>36,98</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,65
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,65</b>
<b>Обед</b>							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	1,01
3	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	8,62
4	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы (Сад)	80,000	26,45
5	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	5,21
6	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	10,64
7	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,71
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,54
<b>Итого на Обед</b>	<b>14,450</b>	<b>22,040</b>	<b>92,660</b>	<b>617,100</b>			<b>60,25</b>
<b>Полдник</b>							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	17,29
2	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	9,02
<b>Итого на Полдник</b>	<b>16,280</b>	<b>14,250</b>	<b>29,540</b>	<b>303,760</b>			<b>26,31</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,17
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,79
3	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	7,98
4	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	80,000	42,00
<b>Итого на Ужин</b>	<b>15,770</b>	<b>12,370</b>	<b>51,750</b>	<b>378,190</b>			<b>54,94</b>
<b>Итого:</b>	<b>61,350</b>	<b>73,730</b>	<b>241,920</b>	<b>1928,050</b>			<b>189,13</b>

Кладовщик:

Скачков (2) В.В.

/

/

