

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "13" июня 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,08
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,98
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	20,59
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,850</b>	<b>20,270</b>	<b>28,660</b>	<b>345,910</b>			<b>35,65</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,80
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,8</b>
<b>Обед</b>							
1	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	45,76
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,42
3	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	2,64
4	1,740	3,740	9,380	72,710	Суп овощной на к/б (Сад)	200,000	8,40
5	0,860	2,590	5,690	47,480	Салат из картофеля с зеленым	50,000	6,28
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,10
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,15
<b>Итого на Обед</b>	<b>47,730</b>	<b>51,560</b>	<b>94,360</b>	<b>1017,060</b>			<b>65,75</b>
<b>Полдник</b>							
1	35,360	37,410	33,550	612,150	Булочка домашняя (Сад)	50,000	9,41
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	13,33
3	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	7,31
<b>Итого на Полдник</b>	<b>44,020</b>	<b>46,330</b>	<b>41,110</b>	<b>757,150</b>			<b>30,05</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,23
2	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,06
3	4,360	8,680	12,210	123,000	Каша ячневая жидкая на молоке (Сад)	200,000	11,58
<b>Итого на Ужин</b>	<b>5,620</b>	<b>8,900</b>	<b>26,160</b>	<b>186,000</b>			<b>15,87</b>
<b>Итого:</b>	<b>111,120</b>	<b>127,060</b>	<b>208,470</b>	<b>2383,120</b>			<b>158,12</b>

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



Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД  
на "13" июня 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	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	8,20
2	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	15,05
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,39
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,550</b>	<b>31,630</b>	<b>43,630</b>	<b>506,920</b>			<b>37,2</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,98
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,92
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>1,440</b>	<b>1,500</b>	<b>15,170</b>	<b>80,250</b>			<b>12,9</b>
<b>Обед</b>							
1	1,600	4,880	0,400	52,000	Салат из картофеля с зеленым	40,000	4,71
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
3	1,530	2,530	8,270	57,160	Суп овощной на к/б (Ясли)	180,000	7,43
4	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	38,03
5	0,330	0,000	20,820	85,000	Компот из сухофруктов (Ясли)	150,000	2,38
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,64
<b>Итого на Обед</b>	<b>37,160</b>	<b>41,410</b>	<b>66,770</b>	<b>779,380</b>			<b>55,44</b>
<b>Полдник</b>							
1	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	11,09
2	35,360	37,410	33,550	612,150	Булочка домашняя (Ясли)	50,000	9,38
3	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Ясли)	14,000	7,11
<b>Итого на Полдник</b>	<b>43,150</b>	<b>45,580</b>	<b>39,850</b>	<b>741,150</b>			<b>27,58</b>
<b>Ужин</b>							
1	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,00
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
3	5,230	4,170	29,350	170,030	Каша ячневая жидкая на молоке	150,000	8,68
<b>Итого на Ужин</b>	<b>6,480</b>	<b>4,390</b>	<b>42,410</b>	<b>229,030</b>			<b>12,95</b>
<b>Итого:</b>	<b>101,780</b>	<b>124,510</b>	<b>207,830</b>	<b>2336,730</b>			<b>146,07</b>

Калькулятор:

Федотов С.Н.