

Учреждение:
Подразделение

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

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

МЕНЮ БЛЮД
на "13" октября 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,12
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,13
3	18,140	5,090	21,320	202,720	Запеканка твор.- манная с джемом	100,000	33,81
Итого на Завтрак	22,040	13,270	46,270	389,220			49,06
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,20
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,2
Обед							
1	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Сад)	65,000	24,50
2	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,32
3	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	4,10
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,46
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
7	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый с курицей 1 кат. (Сад)	200,000	25,76
8	0,820	5,000	5,460	66,050	Салат из св.капусты и моркови с	60,000	2,67
Итого на Обед	25,990	34,010	68,220	743,760			68,1
Полдник							
1	7,580	5,310	49,480	270,960	Плюшка Московская (Сад)	80,000	8,42
2	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	14,46
Итого на Полдник	12,800	9,810	57,040	361,960			22,88
Ужин							
1	3,430	11,350	20,210	186,000	Каша кукурузная молочная жидкая	200,000	12,44
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,91
Итого на Ужин	4,690	11,570	34,160	249,000			16,62
Итого:	65,840	68,980	215,130	1779,940			165,86

Калькулятор: Федотов С.Н.

Лыгдэнова О.С.

Учреждение:
Подразделение

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

МЕНЮ БЛЮД
на "13" октября 2023 г.

Диета:

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)



№ 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	5,61
2	18,120	5,090	18,020	190,220	Запеканка твор.- манная с джемом	100,000	33,32
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,39
Итого на Завтрак	21,530	11,760	40,050	349,720			47,32
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,90
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,90
Обед							
1	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	3,29
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,46
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
4	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,36
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
6	11,910	12,340	25,900	255,020	Суп гречневый с курицей 1 кат. (Ясли)	180,000	22,67
7	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Ясли)	65,000	24,50
8	0,690	4,000	4,870	54,760	Салат из св.капусты и моркови с	50,000	2,23
Итого на Обед	23,260	31,660	57,030	671,760			62,77
Полдник							
1	5,750	4,830	36,610	208,230	Плюшка Московская (Ясли)	60,000	6,88
2	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	12,05
Итого на Полдник	10,250	9,630	49,360	323,730			18,93
Ужин							
1	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,82
2	4,580	4,260	28,390	166,980	Каша кукурузная молочная жидкая	150,000	9,40
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
Итого на Ужин	5,830	4,480	41,450	225,980			13,49
Итого:	61,110	57,770	193,770	1597,190			149,41

Калькулятор: Федотов С.Н.

Александр Федотов В.И.