

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:
Лыгдэнова О.С.
(ФИО)



МЕНЮ БЛЮД
на "13" декабря 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	0,000	0,000	0,000	0,000	Молоко сгущённое (Ясли)	15,000	3,75
2	14,190	3,810	12,960	142,190	Пудинг из творога с яблоками (Ясли)	80,000	26,05
3	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,00
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,98
Итого на Завтрак	18,570	10,940	36,460	318,190			43,78
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			6,9
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,09
2	2,110	4,260	11,900	87,500	Свекольник (Ясли)	180,000	19,93
3	6,360	8,540	3,730	116,050	Шницель из говядины (Ясли)	60,000	17,95
4	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	2,42
5	0,140	0,020	0,480	2,200	Огурцы консервированные	20,000	5,87
6	3,740	1,890	29,510	141,220	Каша перловая рассыпчатая (Ясли)	110,000	2,74
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
Итого на Обед	15,300	15,260	77,320	491,950			51,9
Полдник							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Кефир (Ясли)	150,000	11,85
2	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Ясли)	40,000	5,20
Итого на Полдник	21,370	10,350	136,460	642,000			17,05
Ужин							
1	2,530	3,740	17,580	106,840	Рагу овощное (Ясли)	110,000	7,26
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,54
3	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,31
Итого на Ужин	3,780	3,960	30,640	165,840			12,11
Итого:	59,260	40,750	286,760	1643,980			131,74

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" декабря 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	2,160	2,550	16,650	98,400	Молоко сгущенное (Сад)	30,000	7,43
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,51
3	15,290	4,810	16,260	168,120	Пудинг из творога с яблоками (Сад)	100,000	28,69
4	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,43
Итого на Завтрак	22,890	16,480	62,210	487,520			51,06
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,11
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,11
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
2	0,210	0,030	0,720	3,300	Огурцы консервированные	30,000	7,03
3	8,640	11,420	6,470	161,730	Шницель из говядины (Сад)	80,000	23,23
4	4,200	1,940	33,190	157,220	Каша перловая рассыпчатая (Сад)	130,000	2,91
5	8,170	10,680	13,420	174,820	Свекольник (Сад)	200,000	22,72
6	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	5,67
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,38
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,30
Итого на Обед	24,220	24,630	89,130	657,050			64,32
Полдник							
1	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Сад)	40,000	5,02
2	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	14,19
Итого на Полдник	22,240	11,100	137,660	657,000			19,21
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,95
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,48
3	3,420	2,860	23,350	122,490	Рагу овощное (Сад)	130,000	8,82
Итого на Ужин	4,680	3,080	37,300	185,490			13,25
Итого:	74,350	55,610	335,740	2023,060			156,95

Калькулятор:

Федотов С.Н.