

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "14" августа 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	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	16,37
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,27
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
Итого на Завтрак	5,950	10,900	46,990	303,860			30,2
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	8,05
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			8,05
Обед							
1	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	40,000	3,27
2	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,62
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
4	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	39,15
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
6	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный на к/б с	180,000	5,00
7	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	3,22
Итого на Обед	45,890	64,300	52,270	891,190			57,51
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,08
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,92
Итого на Полдник	10,490	9,940	13,520	185,750			17
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	8,32
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,00
4	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /минтай/ -	60,000	13,54
Итого на Ужин	11,830	8,750	31,550	249,040			27,13
Итого:	74,400	94,130	150,210	1655,840			139,89

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "14" августа 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	6,06
2	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша " Дружба" жидкая на молоке	200,000	13,31
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,05
Итого на Завтрак	10,020	14,300	60,040	401,220			28,42
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	10,79
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			10,79
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,13
2	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	50,000	4,48
3	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	3,48
4	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	5,90
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 15	15,000	0,31
6	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный на к/б с	200,000	5,43
7	12,240	17,520	2,680	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	29,09
8	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
Итого на Обед	58,650	36,220	59,880	706,120			50,89
Полдник							
1	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,04
2	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	16,24
Итого на Полдник	16,700	20,890	16,380	320,400			23,28
Ужин							
1	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	9,39
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /минтай/ -	80,000	20,56
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,85
Итого на Ужин	15,390	11,320	41,010	319,430			35,07
Итого:	101,080	83,050	186,750	1783,170			148,45

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____
: _____