

Руководитель:

"Утверждаю"

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "15" сентября 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	6,09
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,21
3	18,140	5,090	21,320	202,720	Запеканка твор. - манная с джемом	100,000	34,36
Итого на Завтрак	22,040	13,270	46,270	389,220			49,66
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,25
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,25
Обед							
1	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,33
2	0,140	4,950	1,040	49,050	Сельдь с луком репчатым (Сад)	60,000	13,62
3	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,30
4	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Сад)	65,000	25,52
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,09
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,29
7	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	5,28
8	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый с курицей 1 кат. (Сад)	200,000	25,82
Итого на Обед	25,310	33,960	63,800	726,760			81,25
Полдник							
1	7,580	5,310	49,480	270,960	Плюшка Московская (Сад)	80,000	7,93
2	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	15,00
Итого на Полдник	12,800	9,810	57,040	361,960			22,93
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,10
2	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,00
3	3,430	11,350	20,210	186,000	Каша кукурузная молочная жидкая	200,000	12,83
Итого на Ужин	4,690	11,570	34,160	249,000			16,93
Итого:	65,160	68,930	210,710	1762,940			180,02

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /