

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "16" января 2024 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 (Ясли)	150,000	9,50
2	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	6,36
3	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	26,68
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	7,12
Итого на Завтрак	13,550	31,630	43,630	506,920			49,66
Второй завтрак							
1	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,41
2	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
Итого на Второй завтрак	1,440	1,500	15,170	80,250			13,41
Обед							
1	0,330	0,000	20,820	85,000	Компот из сухофруктов (Ясли)	150,000	1,93
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
3	4,720	6,760	17,730	146,360	Суп-харчо с говядиной (Ясли)	180,000	17,24
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,14
5	1,600	4,880	0,400	52,000	Салат из картофеля с зелёным	40,000	4,56
6	11,200	8,080	15,290	165,990	Капуста тушеная с говядиной (Ясли)	170,000	27,20
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
Итого на Обед	20,560	20,210	67,790	520,330			53,97
Полдник							
1	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Ясли)	14,000	7,86
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	14,01
3	35,360	37,410	33,550	612,150	Булочка домашняя (Ясли)	50,000	11,91
Итого на Полдник	43,150	45,580	39,850	741,150			33,78
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,53
2	5,230	4,170	29,350	170,030	Каша ячневая жидкая на молоке	150,000	9,55
3	4,200	4,800	7,050	87,000	Молоко кипячёное (Ясли)	150,000	13,37
Итого на Ужин	10,630	9,180	41,450	284,030			26,45
Итого:	89,330	108,100	207,890	2132,680			177,27

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "16" января 2024 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	6,52
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	10,00
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	25,17
Итого на Завтрак	12,850	20,270	28,660	345,910			41,69
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,79
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,79
Обед							
1	0,860	2,590	5,690	47,480	Салат из картофеля с зеленым	50,000	4,60
2	6,520	8,060	19,930	173,350	Суп-харчо с говядиной (Сад)	200,000	23,84
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,42
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,40
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
6	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	2,50
7	12,690	8,880	21,200	196,090	Капуста тушеная с говядиной (Сад)	210,000	32,42
Итого на Обед	23,180	20,020	85,350	589,900			66,25
Полдник							
1	35,360	37,410	33,550	612,150	Булочка домашняя (Сад)	50,000	10,14
2	3,250	4,130	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	7,92
3	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	15,67
Итого на Полдник	43,830	46,040	41,110	757,150			33,73
Ужин							
1	4,360	8,680	12,210	123,000	Каша ячневая жидкая на молоке (Сад)	200,000	12,25
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,54
3	5,600	6,400	9,400	116,000	Молоко кипяченое (Сад)	180,000	16,15
Итого на Ужин	11,160	15,290	26,660	266,000			31,94
Итого:	91,920	101,620	199,960	2035,960			184,4

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /