

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "16" февраля 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	6,01
2	4,670	8,090	28,390	213,000	Каша пшенинная жидкая на молоке	200,000	12,14
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,37
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,01
Итого на Завтрак	15,190	21,810	57,970	514,000			35,53
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,35
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,35
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,45
3	0,300	0,000	18,510	69,360	Компот из чернослива (Сад)	180,000	0,82
4	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	22,81
5	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,19
6	5,150	12,350	33,750	259,100	Салат из кукурузы консервированной	50,000	10,19
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,01
8	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	22,65
Итого на Обед	15,680	22,510	104,820	671,100			64,2
Полдник							
1	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	50,000	9,37
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Сад)	180,000	16,50
Итого на Полдник	8,880	7,870	19,340	175,360			25,87
Ужин							
1	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	7,44
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	2,96
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,36
4	22,850	12,400	4,720	220,720	Суфле рыбное из горбуши (Сад)	110,000	73,48
Итого на Ужин	27,360	17,300	49,760	462,060			85,24
Итого:	68,010	69,490	250,070	1899,520			221,19

Калькулятор:

Федотов С.Н.

Учреждение:
Подразделение

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

МЕНЮ БЛЮД
на "16" февраля 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	7,020	8,650	32,760	233,270	Каша пшеничная жидкая на молоке	155,000	13,95
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,30
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,94
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
Итого на Завтрак	16,480	20,380	56,540	489,270			38,69
* Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,68
Итого на Второй завтрак	0,750	0,000	15,150	64,000			8,68
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,57
3	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленые из курицы /филе/	60,000	19,40
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,17
5	1,230	2,990	8,440	66,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	18,70
6	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,79
7	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	40,000	14,66
8	0,250	0,000	15,200	56,940	Компот из чернослива (Ясли)	150,000	0,62
Итого на Обед	21,040	27,520	89,990	682,180			61,12
Полдник							
1	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	40,000	8,06
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Ясли)	150,000	13,60
Итого на Полдник	7,980	7,190	16,670	156,610			21,66
Ужин							
1	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	8,71
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,13
4	20,370	10,860	3,740	193,230	Суфле рыбное из горбуши (Ясли)	100,000	65,54
Итого на Ужин	24,390	15,040	43,890	406,570			79,65
Итого:	70,640	70,130	222,240	1798,630			209,8

Калькулятор:

Федотов С.Н.