

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "16" 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,34
2	6,150	10,870	36,010	259,300	Каша рисовая жидкая на молоке	180,000	21,54
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
Итого на Завтрак	9,560	17,540	58,040	418,800			35,44
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
Итого на Второй завтрак	0,750	0,000	15,150	64,000			9
Обед							
1	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	2,22
2	0,480	3,060	2,200	37,090	Салат из свежих помидор с	40,000	5,01
3	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушеная со сливочным	110,000	8,38
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,41
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
6	9,290	7,340	16,210	162,140	Суп гороховый с говядиной (Ясли)	180,000	18,41
7	8,090	10,140	5,880	145,490	Тефтели из говядины (Ясли)	60,000	27,22
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,14
Итого на Обед	22,790	24,800	65,480	568,700			63,83
Полдник							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Кефир (Ясли)	150,000	12,49
2	22,820	10,290	31,280	310,020	Лакомка из Творога (Ясли)	100,000	39,79
Итого на Полдник	27,170	14,040	37,280	385,020			52,28
Ужин							
1	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,02
2	3,670	7,940	32,280	207,350	Картофель и овощи, тушенные в	180,000	13,68
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
Итого на Ужин	4,920	8,160	45,340	266,350			17,97
Итого:	65,190	64,540	221,290	1702,870			178,52

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "16" 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	6,880	12,200	40,180	290,040	Каша рисовая жидкая на молоке (Сад)	200,000	23,82
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,03
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,00
Итого на Завтрак	10,780	20,380	65,130	476,540			38,85
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,65
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,65
Обед							
1	1,980	3,710	9,490	79,000	Капуста тушенная со сливочным	130,000	13,07
2	0,600	4,070	2,750	48,610	Салат из свежих помидор с	50,000	5,91
3	10,960	8,640	19,820	193,430	Суп гороховый с говядиной (Сад)	200,000	20,41
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,17
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,37
6	10,870	12,430	8,120	185,550	Тефтели из говядины (Сад)	80,000	34,94
7	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	4,72
8	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,09
Итого на Обед	27,410	29,410	75,510	666,570			81,68
Полдник							
1	22,820	10,290	31,280	310,020	Лакомка из Творога (Сад)	100,000	40,45
2	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	15,02
Итого на Полдник	28,040	14,790	38,480	400,020			55,47
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,43
2	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,07
3	4,110	9,470	36,120	237,320	Картофель и овощи, тушенные в	200,000	15,78
Итого на Ужин	5,370	9,690	50,070	300,320			20,28
Итого:	72,500	74,270	247,370	1920,450			206,93

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /