

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "17" января 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	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,09
2	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	20,63
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,04
Итого на Завтрак	14,390	21,210	33,010	380,410			34,76
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	5,95
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			5,95
Обед							
1	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,64
2	8,790	8,550	14,050	162,230	Суп-пюре овощной с говядиной (Сад)	200,000	21,53
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,08
4	7,480	6,300	40,200	237,310	Каша гречневая рассыпчатая на воде	130,000	9,41
5	10,280	8,270	2,640	126,000	Гуляш из говядины 1 кат. (Сад)	80,000	40,38
6	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Сад)	40,000	2,77
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
8	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	3,13
Итого на Обед	30,470	27,320	100,490	755,520			80,02
Полдник							
1	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	14,80
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	9,00
Итого на Полдник	9,020	4,950	32,610	207,500			23,8
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
2	1,440	1,490	16,520	81,940	Чай с молоком (Сад)	180,000	5,19
3	23,440	10,850	131,140	692,800	Макароны отварные с сыром (Сад)	200,000	20,05
Итого на Ужин	26,080	12,550	152,710	801,740			28,51
Итого:	80,860	66,030	337,000	2222,170			173,04

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /