

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "17" 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
<b>Завтрак</b>							
				80,000	Яйца (Сад)	40,000	8,94
1	5,080	4,600	0,280				
2	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,04
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,85
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,82
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,950</b>	<b>25,070</b>	<b>49,790</b>	<b>552,000</b>			<b>34,65</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,95
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,95</b>
<b>Обед</b>							
1	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы (Сад)	80,000	33,83
2	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,23
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,38
4	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,02
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,27
6	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	6,55
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,10
8	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	23,96
<b>Итого на Обед</b>	<b>14,450</b>	<b>22,040</b>	<b>92,660</b>	<b>617,100</b>			<b>81,34</b>
<b>Полдник</b>							
1	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	8,25
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Варенец (Сад)	180,000	14,79
<b>Итого на Полдник</b>	<b>9,750</b>	<b>8,620</b>	<b>20,900</b>	<b>192,360</b>			<b>23,04</b>
<b>Ужин</b>							
1	13,170	0,740	0,390	60,540	Рыба отварная (Филе минтая) (Сад)	70,000	29,27
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,16
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,97
4	3,350	10,140	14,780	149,450	Салат из св.капусты с огурцами и	140,000	12,63
<b>Итого на Ужин</b>	<b>17,860</b>	<b>11,120</b>	<b>28,420</b>	<b>269,330</b>			<b>47,03</b>
<b>Итого:</b>	<b>56,910</b>	<b>66,850</b>	<b>209,950</b>	<b>1707,790</b>			<b>197,01</b>

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. \_\_\_\_\_

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:  
Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "17" 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
<b>Завтрак</b>							
1	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,09
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	8,94
4	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	8,89
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,030</b>	<b>20,240</b>	<b>38,940</b>	<b>444,000</b>			<b>30,48</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,16
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>1,440</b>	<b>1,500</b>	<b>15,170</b>	<b>80,250</b>			<b>13,16</b>
<b>Обед</b>							
1	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	2,88
2	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,09
3	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,36
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,41
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,18
6	9,310	10,160	6,600	153,950	Котлеты рубленные из курицы (Ясли)	60,000	25,55
7	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	20,28
8	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,07
<b>Итого на Обед</b>	<b>24,190</b>	<b>32,120</b>	<b>75,850</b>	<b>676,410</b>			<b>64,82</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	30,000	6,84
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Варенец (Ясли)	150,000	15,52
<b>Итого на Полдник</b>	<b>7,980</b>	<b>7,190</b>	<b>16,970</b>	<b>157,610</b>			<b>22,36</b>
<b>Ужин</b>							
1	11,730	0,660	0,390	54,060	Рыба отварная (филе минтая) (Ясли)	60,000	25,95
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,00
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
4	2,630	8,110	12,050	120,370	Салат из св.капусты с огурцами и	110,000	10,16
<b>Итого на Ужин</b>	<b>15,700</b>	<b>9,010</b>	<b>25,690</b>	<b>233,770</b>			<b>41,38</b>
<b>Итого:</b>	<b>61,340</b>	<b>70,060</b>	<b>172,620</b>	<b>1592,040</b>			<b>172,2</b>

Калькулятор:

Федотов С.Н.