

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "18" декабря 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	6,56
2	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша "Дружба" жидкая на молоке	200,000	14,37
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	10,04
Итого на Завтрак	10,020	14,300	60,040	401,220			30,97
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,20
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,2
Обед							
1	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный на к/б с	200,000	4,29
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,48
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 5	5,000	0,23
5	0,940	0,000	29,830	110,340	Компот из кураги (Сад)	180,000	5,77
6	12,240	17,520	5,950	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	27,82
7	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	4,14
8	1,080	0,180	8,620	0,000	Салат из моркови с яблоками (Сад)	40,000	3,78
Итого на Обед	59,660	26,360	85,650	663,410			48,59
Полдник							
1	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,51
2	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,62
Итого на Полдник	16,700	20,890	16,380	320,400			23,13
Ужин							
1	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /минтай/ -	80,000	18,00
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,41
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,57
4	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,64
Итого на Ужин	15,390	11,320	41,010	319,430			31,62
Итого:	102,090	73,190	212,520	1740,460			143,51

Калькулятор: Федотов С.Н.

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "18" декабря 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	9,78
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,29
3	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	19,30
Итого на Завтрак	5,950	10,900	46,990	303,860			35,37
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	7,14
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			7,14
Обед							
1	0,780	0,000	24,860	91,950	Компот из кураги (Ясли)	150,000	9,58
2	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	33,86
3	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный на к/б с	180,000	4,28
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
5	1,080	0,180	8,620	0,000	Салат из моркови с яблоками (Ясли)	30,000	3,36
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,07
7	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	4,21
Итого на Обед	46,750	54,440	73,930	845,770			57,75
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,08
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,13
Итого на Полдник	10,490	9,940	13,520	185,750			17,21
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,51
2	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	8,11
3	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /минтай/ -	60,000	16,62
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,43
Итого на Ужин	11,830	8,750	31,550	249,040			30,67
Итого:	75,260	84,270	171,870	1610,420			148,14

Калькулятор:

Федотов С.Н.