

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "19" января 2023 г.

Диета:

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МБДОУ  
Датский сад  
№300  
г.о. Самара

№ 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	7,020	8,650	32,760	233,270	Каша пшеничная жидкая на молоке	155,000	13,10
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,71
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,85
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>16,480</b>	<b>20,380</b>	<b>56,540</b>	<b>489,270</b>			<b>36,16</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	5,59
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,750</b>	<b>0,000</b>	<b>15,150</b>	<b>64,000</b>			<b>5,59</b>
<b>Обед</b>							
1	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Ясли)	40,000	7,88
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,64
3	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,30
4	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	2,63
5	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	3,71
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	3,31
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,10
8	1,230	2,990	8,440	66,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	22,60
<b>Итого на Обед</b>	<b>17,520</b>	<b>19,380</b>	<b>62,300</b>	<b>492,610</b>			<b>45,17</b>
<b>Полдник</b>							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Ясли)	150,000	0,00
2	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	40,000	10,24
<b>Итого на Полдник</b>	<b>7,980</b>	<b>7,190</b>	<b>16,670</b>	<b>156,610</b>			<b>10,24</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	7,48
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,66
4	20,370	10,860	3,740	193,230	Суфле рыбное из горбуши (Ясли)	100,000	62,70
<b>Итого на Ужин</b>	<b>24,390</b>	<b>15,040</b>	<b>43,890</b>	<b>406,570</b>			<b>75,11</b>
<b>Итого:</b>	<b>67,120</b>	<b>61,990</b>	<b>194,550</b>	<b>1609,060</b>			<b>172,27</b>

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

: \_\_\_\_\_ /