

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "20" 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	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
2	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная с повидлом	50,000	19,76
3	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,71
Итого на Завтрак	4,080	7,060	26,780	167,000			26,03
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,89
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,89
Обед							
1	7,920	8,520	21,550	191,480	Суп с клецками с курицей (Ясли)	180,000	980,96
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,20
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,00
4	0,730	2,410	9,060	54,020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	40,000	11,10
5	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Ясли)	65,000	35,25
6	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	8,08
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	5,74
8	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	8,03
Итого на Обед	19,310	26,250	56,870	607,480			1049,36
Полдник							
1	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	17,42
2	10,560	8,830	31,950	247,670	Булочка "Веснушка" (Ясли)	50,000	2325,13
Итого на Полдник	15,060	13,630	44,700	363,170			2342,55
Ужин							
1	4,580	4,260	28,390	166,980	Каша кукурузная молочная жидкая	150,000	9,98
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,71
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	6,04
Итого на Ужин	5,830	4,480	41,450	225,980			16,73
Итого:	44,520	51,660	175,680	1389,630			3441,56

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /