

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель: "Утверждаю"  
Лыгдэнова О.С.  
(ФИО) (подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "20" марта 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	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,48
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,91
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,76
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,500</b>	<b>15,640</b>	<b>40,080</b>	<b>369,540</b>			<b>33,65</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,85
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,240</b>	<b>0,240</b>	<b>5,880</b>	<b>26,000</b>			<b>6,85</b>
<b>Обед</b>							
1	1,530	2,530	8,270	57,160	Суп овощной на к/б (Ясли)	180,000	3,69
2	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	6,42
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
4	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	27,42
5	0,930	9,960	2,190	101,900	Салат из зеленого горошка	30,000	6,66
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
<b>Итого на Обед</b>	<b>36,130</b>	<b>46,480</b>	<b>56,080</b>	<b>775,700</b>			<b>46,44</b>
<b>Полдник</b>							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,15
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,00
<b>Итого на Полдник</b>	<b>13,600</b>	<b>8,890</b>	<b>38,550</b>	<b>285,000</b>			<b>22,15</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,72
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,71
4	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы/филе (Ясли)	75,000	52,20
<b>Итого на Ужин</b>	<b>23,690</b>	<b>12,130</b>	<b>32,310</b>	<b>331,360</b>			<b>65,9</b>
<b>Итого:</b>	<b>87,160</b>	<b>83,380</b>	<b>172,900</b>	<b>1787,600</b>			<b>174,99</b>

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

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель: "Утверждаю"  
Лыгдэнова О.С.  
(ФИО) (подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "20" марта 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,13
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	9,66
3	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	11,45
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	10,08
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			37,32
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	8,81
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			8,81
<b>Обед</b>							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,24
2	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	31,93
3	1,240	9,980	2,920	105,900	Салат из зеленого горошка	40,000	6,71
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
5	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	7,69
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 15	15,000	0,26
7	1,740	3,740	9,380	72,710	Суп овощной на к/б (Сад)	200,000	4,01
Итого на Обед	47,690	58,940	79,080	1020,580			52,92
<b>Полдник</b>							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,71
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	9,10
Итого на Полдник	15,550	10,580	41,250	318,900			24,81
<b>Ужин</b>							
1	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы/филе (Сад)	85,000	52,08
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,15
3	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,79
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	2,33
Итого на Ужин	24,640	12,860	41,100	372,600			66,35
Итого:	103,200	100,810	218,550	2175,560			190,21

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

\_\_\_\_\_ /