

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)



МЕНЮ БЛЮД
на "20" сентября 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	2,160	2,550	16,650	98,400	Молоко сгущённое (Сад)	30,000	7,64
2	15,290	4,810	16,260	168,120	Пудинг из творога с яблоками (Сад)	100,000	27,99
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,89
4	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,99
Итого на Завтрак	22,890	16,480	62,210	487,520			49,51
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,25
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,25
Обед							
1	8,640	11,420	6,470	161,730	Шницель из говядины (Сад)	80,000	21,26
2	4,200	1,940	33,190	157,220	Каша перловая рассыпчатая (Сад)	130,000	2,79
3	0,950	4,450	3,850	59,500	Икра кабачковая (Сад)	50,000	6,11
4	8,170	10,680	13,420	174,820	Свекольник (Сад)	200,000	21,62
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,29
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,23
8	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	5,49
Итого на Обед	24,960	29,050	92,260	713,250			59,86
Полдник							
1	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	13,49
2	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Сад)	40,000	5,52
Итого на Полдник	22,240	11,100	137,660	657,000			19,01
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,93
2	3,420	2,860	23,350	122,490	Рагу овощное (Сад)	130,000	8,45
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,55
Итого на Ужин	4,680	3,080	37,300	185,490			12,93
Итого:	75,090	60,030	338,870	2079,260			150,56

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /