

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД  
на "20" октября 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	1,290	4,780	6,020	72,170	Соус сметанный (Сад)	40,000	8,06
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,78
4	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Сад)	100,000	30,84
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>9,230</b>	<b>16,230</b>	<b>44,950</b>	<b>343,170</b>			<b>52,81</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,20
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,320</b>	<b>0,320</b>	<b>9,440</b>	<b>36,000</b>			<b>9,2</b>
<b>Обед</b>							
1	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	4,10
2	14,900	9,830	14,080	203,220	Котлеты из говядины (Сад)	80,000	49,04
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,46
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
5	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	50,000	8,66
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
7	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,32
8	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	200,000	15,66
<b>Итого на Обед</b>	<b>32,500</b>	<b>34,810</b>	<b>83,380</b>	<b>836,970</b>			<b>88,53</b>
<b>Полдник</b>							
1	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	14,46
2	8,000	7,910	59,600	327,810	Ватрушка с повидлом (Сад)	80,000	15,91
<b>Итого на Полдник</b>	<b>13,220</b>	<b>12,410</b>	<b>67,160</b>	<b>418,810</b>			<b>30,37</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
2	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,91
3	3,430	11,350	20,210	198,000	Каша пшеничная жидкая на молоке	200,000	11,42
<b>Итого на Ужин</b>	<b>4,690</b>	<b>11,570</b>	<b>34,160</b>	<b>261,000</b>			<b>15,6</b>
<b>Итого:</b>	<b>59,960</b>	<b>75,340</b>	<b>239,090</b>	<b>1895,950</b>			<b>196,51</b>

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

\_\_\_\_\_ /

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "20" октября 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	0,990	3,880	4,050	55,060	Соус сметанный (Ясли)	30,000	6,74
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,13
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,60
4	18,100	5,090	14,720	177,720	Запеканка твор.- манная (Ясли)	100,000	30,84
Итого на Завтрак	23,470	16,100	42,270	408,780			50,31
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,90
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,9
<b>Обед</b>							
1	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	40,000	5,81
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,46
4	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	180,000	13,36
5	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,36
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
7	11,150	8,590	10,720	163,990	Котлеты из говядины (Ясли)	60,000	36,95
8	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	3,29
Итого на Обед	27,800	32,840	71,230	756,500			69,49
<b>Полдник</b>							
1	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	12,05
2	6,200	6,240	50,140	276,080	Ватрушка с повидлом (Ясли)	70,000	13,05
Итого на Полдник	10,700	11,040	62,890	391,580			25,1
<b>Ужин</b>							
1	5,400	4,160	26,920	158,570	Каша пшеничная жидкая на молоке	150,000	8,43
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,82
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
Итого на Ужин	6,650	4,380	39,980	217,570			12,52
Итого:	68,860	64,600	222,250	1800,430			164,32

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

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