

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "20" ноября 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	6,20
2	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	17,08
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,57
Итого на Завтрак	5,950	10,900	46,990	303,860			31,85
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
Итого на Второй завтрак	0,750	0,000	15,150	64,000			9
Обед							
1	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,87
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,51
3	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный на к/б с	180,000	3,95
4	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	3,80
5	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	44,43
6	0,850	2,500	5,200	46,700	Салат из свежей капусты с яблоком	40,000	4,03
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
Итого на Обед	45,780	56,760	54,180	832,920			63,63
Полдник							
1	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,18
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	14,19
Итого на Полдник	10,490	9,940	13,520	185,750			18,37
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,70
2	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,52
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,85
4	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /минтай/ -	60,000	16,59
Итого на Ужин	11,830	8,750	31,550	249,040			29,66
Итого:	74,800	86,350	161,390	1635,570			152,51

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" ноября 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	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша " Дружба" жидкая на молоке	200,000	13,78
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,37
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,88
Итого на Завтрак	10,020	14,300	60,040	401,220			30,03
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,87
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,87
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,42
2	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	4,16
3	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	5,63
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 5	5,000	0,21
5	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный на к/б с	200,000	4,32
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,06
7	0,850	2,500	5,200	46,700	Салат из свежей капусты с яблоком	50,000	5,24
8	12,240	17,520	2,680	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	32,12
Итого на Обед	58,540	28,680	61,790	647,850			54,16
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	16,10
2	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,52
Итого на Полдник	16,700	20,890	16,380	320,400			23,62
Ужин							
1	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушеная с овощами /минтай/ -	80,000	20,04
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,48
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,56
4	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,56
Итого на Ужин	15,390	11,320	41,010	319,430			33,64
Итого:	101,550	75,190	197,400	1765,900			152,32

Калькулятор:

Федотов С.Н.