

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)



МЕНЮ БЛЮД
на "21" августа 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,96
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,05
3	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	10,77
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,85
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			33,63
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,20
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,2
Обед							
1	1,740	3,740	9,380	72,710	Суп овощной на к/б (Сад)	200,000	5,32
2	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	40,18
3	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	6,34
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,10
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 15	15,000	0,26
6	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	50,000	3,00
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,09
Итого на Обед	47,410	59,000	79,450	1019,650			57,29
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	8,00
2	5,830	10,010	43,130	287,000	Ватрушка с творогом (Сад)	80,000	16,30
Итого на Полдник	17,580	20,140	59,330	490,400			24,3
Ужин							
1	8,580	5,180	19,250	153,050	Суп картофельный с рыбой /Горбуша	200,000	25,06
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,05
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,84
Итого на Ужин	9,920	5,420	32,500	212,390			29,95
Итого:	90,230	102,990	228,400	2185,920			154,37

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)



МЕНЮ БЛЮД
на "21" августа 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	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,02
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,05
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
4	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,12
Итого на Завтрак	13,500	15,640	40,080	369,540			30,75
Второй завтрак							
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
Обед							
1	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	40,000	3,27
2	1,530	2,530	8,270	57,160	Суп овощной на к/б (Ясли)	180,000	4,67
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	26,98
5	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,62
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,23
Итого на Обед	36,160	46,560	57,180	778,770			41,81
Полдник							
1	5,100	8,760	37,740	251,000	Ватрушка с творогом (Ясли)	70,000	20,64
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	12,65
Итого на Полдник	14,900	17,200	51,240	420,500			33,29
Ужин							
1	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,00
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
3	5,820	5,000	17,440	133,530	Суп картофельный с рыбой /Горбуша	180,000	19,91
Итого на Ужин	7,160	5,240	30,690	192,870			25,18
Итого:	71,960	84,880	185,070	1787,680			137,93

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /