

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "21" 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
<b>Завтрак</b>							
1	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,13
2	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	17,87
3	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	6,67
4	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,31
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>14,520</b>	<b>32,090</b>	<b>45,100</b>	<b>523,420</b>			<b>37,98</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	10,21
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>4,550</b>	<b>0,450</b>	<b>40,200</b>	<b>179,500</b>			<b>19,21</b>
<b>Обед</b>							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Ясли)	40,000	2,98
3	4,140	4,740	8,820	88,770	Щи из свежей капусты с говядиной	180,000	19,68
4	0,250	0,000	15,200	56,940	Компот из чернослива (Ясли)	150,000	3,93
5	9,410	9,230	2,210	128,980	Гуляш из говядины 1 кат. (Ясли)	60,000	33,19
6	6,340	5,280	34,060	200,550	Каша гречневая рассыпчатая на воде	110,000	7,66
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,48
<b>Итого на Обед</b>	<b>23,660</b>	<b>23,450</b>	<b>78,910</b>	<b>603,220</b>			<b>70,47</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	10,21
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	11,85
<b>Итого на Полдник</b>	<b>8,150</b>	<b>4,200</b>	<b>31,350</b>	<b>191,500</b>			<b>22,06</b>
<b>Ужин</b>							
1	21,040	9,760	117,650	621,840	Макароны отварные с сыром (Ясли)	180,000	17,73
2	4,200	4,800	7,050	87,000	Молоко кипяченое (Ясли)	150,000	12,52
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,66
<b>Итого на Ужин</b>	<b>26,440</b>	<b>14,770</b>	<b>129,750</b>	<b>735,840</b>			<b>33,91</b>
<b>Итого:</b>	<b>77,320</b>	<b>74,960</b>	<b>325,310</b>	<b>2233,480</b>			<b>183,63</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 "21" 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
<b>Завтрак</b>							
1	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,96
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,75
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	24,55
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>14,390</b>	<b>21,210</b>	<b>33,010</b>	<b>380,410</b>			<b>39,26</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,75
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,75</b>
<b>Обед</b>							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,42
2	10,280	8,270	2,640	126,000	Гуляш из говядины 1 кат. (Сад)	80,000	40,81
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,31
5	4,320	5,560	9,400	99,340	Щи из свежей капусты с говядиной	200,000	20,82
6	7,480	6,300	40,200	237,310	Каша гречневая рассыпчатая на воде	130,000	9,14
7	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Сад)	40,000	3,05
8	0,300	0,000	18,510	69,360	Компот из чернослива (Сад)	180,000	4,48
<b>Итого на Обед</b>	<b>25,900</b>	<b>24,330</b>	<b>89,370</b>	<b>659,990</b>			<b>81,1</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	10,33
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	14,19
<b>Итого на Полдник</b>	<b>9,020</b>	<b>4,950</b>	<b>32,610</b>	<b>207,500</b>			<b>24,52</b>
<b>Ужин</b>							
1	5,600	6,400	9,400	116,000	Молоко кипячёное (Сад)	180,000	15,09
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,57
3	23,440	10,850	131,140	692,800	Макароны отварные с сыром (Сад)	200,000	19,99
<b>Итого на Ужин</b>	<b>30,240</b>	<b>17,460</b>	<b>145,590</b>	<b>835,800</b>			<b>38,65</b>
<b>Итого:</b>	<b>80,450</b>	<b>67,950</b>	<b>318,760</b>	<b>2160,700</b>			<b>194,28</b>

Калькулятор: Федотов С.Н.