

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

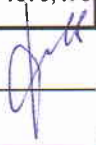
МЕНЮ БЛЮД
на "22" января 2024 г.

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	6,46
2	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	18,47
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	9,29
Итого на Завтрак	5,950	10,900	46,990	303,860			34,22
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	8,98
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			8,98
Обед							
1	0,850	2,500	5,200	46,700	Салат из свежей капусты с яблоком	40,000	4,90
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
4	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный на к/б с	180,000	4,15
5	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	39,43
6	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	3,99
7	0,780	0,000	24,860	91,950	Компот из кураги (Ясли)	150,000	8,63
Итого на Обед	46,520	56,760	70,510	892,470			63,54
Полдник							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	10,77
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,13
Итого на Полдник	10,490	9,940	13,520	185,750			14,9
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,53
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,99
3	12,830	5,200	3,740	112,050	Соте из минтая филе (Ясли)	135,000	27,48
Итого на Ужин	14,170	5,440	16,990	171,390			33
Итого:	77,370	83,280	153,890	1579,470			154,64

Калькулятор:

Федотов С.Н.



Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:
Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "22" января 2024 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	10,04
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,72
3	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша "Дружба" жидкая на молоке	200,000	14,46
Итого на Завтрак	10,020	14,300	60,040	401,220			31,22
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	10,14
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			10,14
Обед							
1	0,940	0,000	29,830	110,340	Компот из кураги (Сад)	180,000	7,76
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
3	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный на к/б с	200,000	4,39
4	12,240	17,520	5,950	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	28,82
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 5	5,000	0,23
6	0,850	2,500	5,200	46,700	Салат из свежей капусты с яблоком	50,000	5,75
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,35
8	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	4,14
Итого на Обед	59,430	28,680	82,230	710,110			53,51
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	13,90
2	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,47
Итого на Полдник	16,700	20,890	16,380	320,400			21,37
Ужин							
1	12,830	5,200	3,740	112,050	Соте из минтая филе (Сад)	160,000	30,72
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,47
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,60
Итого на Ужин	14,170	5,440	16,990	171,390			35,79
Итого:	100,640	69,630	185,080	1639,120			152,03

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____