

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "22" февраля 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 | 2,850 | 2,410 | 14,360 | 91,000 | Кофейный напиток на молоке (Ясли) | 150,000 | 7,47 |
| 2 | 1,530 | 4,720 | 9,140 | 85,000 | Бутерброды с маслом (Ясли) | 25,000 | 5,76 |
| 3 | 15,660 | 3,870 | 22,220 | 185,000 | Пудинг творожно-рисовый (Ясли) | 100,000 | 24,47 |
| 4 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Молоко сгущенное (Ясли) | 15,000 | 3,67 |
| Итого на Завтрак | 20,040 | 11,000 | 45,720 | 361,000 | | | 41,37 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | Мандарины (Ясли) | 70,000 | 28,44 |
| Итого на Второй завтрак | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | | | 28,44 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 2г (Ясли ГКП) | 2,000 | 0,03 |
| 2 | 3,740 | 1,890 | 29,510 | 141,220 | Каша перловая рассыпчатая (Ясли) | 110,000 | 2,63 |
| 3 | 0,760 | 3,560 | 3,080 | 47,600 | Икра кабачковая (Ясли) | 40,000 | 4,97 |
| 4 | 2,110 | 4,260 | 11,900 | 87,500 | Свекольник (Ясли) | 180,000 | 27,28 |
| 5 | 6,360 | 8,540 | 3,730 | 116,050 | Шницель из говядины (Ясли) | 60,000 | 25,64 |
| 6 | 0,240 | 0,060 | 18,150 | 74,000 | Компот из Вишни (Ясли) | 150,000 | 1,24 |
| 7 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Ясли) | 1,000 | 0,42 |
| 8 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Ясли) | 40,000 | 3,59 |
| Итого на Обед | 15,920 | 18,800 | 79,920 | 537,350 | | | 65,8 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 4,350 | 3,750 | 6,000 | 75,000 | Кефир (Ясли) | 150,000 | 10,14 |
| 2 | 12,220 | 8,420 | 66,050 | 382,580 | Блины (Ясли) | 150,000 | 21,59 |
| Итого на Полдник | 16,570 | 12,170 | 72,050 | 457,580 | | | 31,73 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли) | 40,000 | 3,61 |
| 2 | 0,050 | 0,010 | 8,010 | 32,000 | Чай сладкий (Ясли) | 150,000 | 0,91 |
| 3 | 2,530 | 3,740 | 17,580 | 106,840 | Рагу овощное (Ясли) | 110,000 | 7,42 |
| Итого на Ужин | 3,780 | 3,960 | 30,640 | 165,840 | | | 11,94 |
| Итого: | 56,870 | 46,070 | 233,580 | 1548,770 | | | 179,28 |

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" февраля 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 | 6,12 |
| 2 | 16,120 | 5,860 | 22,960 | 207,870 | Пудинг творожно-рисовый (Сад) | 100,000 | 27,40 |
| 3 | 3,420 | 2,890 | 17,240 | 109,000 | Кофейный напиток на молоке (Сад) | 180,000 | 7,01 |
| 4 | 2,160 | 2,550 | 16,650 | 98,400 | Молоко сгущенное (Сад) | 30,000 | 7,48 |
| Итого на Завтрак | 23,720 | 17,530 | 68,910 | 527,270 | | | 48,01 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | Мандарины (Сад) | 70,000 | 18,34 |
| Итого на Второй завтрак | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | | | 18,34 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Сад) | 40,000 | 2,21 |
| 2 | 8,170 | 10,680 | 13,420 | 174,820 | Свекольник (Сад) | 200,000 | 24,19 |
| 3 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Сад) | 2,000 | 0,34 |
| 4 | 4,200 | 1,940 | 33,190 | 157,220 | Каша перловая рассыпчатая (Сад) | 130,000 | 2,80 |
| 5 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 3г (Сад ГКП) | 3,000 | 0,04 |
| 6 | 0,950 | 4,450 | 3,850 | 59,500 | Икра кабачковая (Сад) | 50,000 | 5,94 |
| 7 | 8,640 | 11,420 | 6,470 | 161,730 | Шницель из говядины (Сад) | 80,000 | 24,38 |
| 8 | 0,290 | 0,070 | 21,780 | 89,000 | Компот из Вишни (Сад) | 180,000 | 3,22 |
| Итого на Обед | 24,960 | 29,050 | 92,260 | 713,250 | | | 63,12 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 12,220 | 8,420 | 66,050 | 382,580 | Блины (Сад) | 150,000 | 21,25 |
| 2 | 5,220 | 4,500 | 7,200 | 90,000 | Кефир (Сад) | 180,000 | 12,55 |
| Итого на Полдник | 17,440 | 12,920 | 73,250 | 472,580 | | | 33,8 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 0,060 | 0,010 | 8,900 | 36,000 | Чай сладкий (Сад) | 180,000 | 0,25 |
| 2 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Сад) | 40,000 | 3,27 |
| 3 | 3,420 | 2,860 | 23,350 | 122,490 | Рагу овощное (Сад) | 130,000 | 9,36 |
| Итого на Ужин | 4,680 | 3,080 | 37,300 | 185,490 | | | 12,88 |
| Итого: | 71,360 | 62,720 | 276,970 | 1925,590 | | | 176,15 |

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /