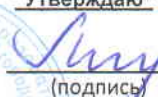


Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:
Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "22" марта 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 | 15,660 | 3,870 | 22,220 | 185,000 | Пудинг творожно-рисовый (Ясли) | 100,000 | 26,46 |
| 2 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Молоко сгущённое (Ясли) | 15,000 | 3,70 |
| 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 | 8,48 |
| Итого на Завтрак | 20,040 | 11,000 | 45,720 | 361,000 | | | 44,2 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | Мандарины (Ясли) | 70,000 | 10,50 |
| Итого на Второй завтрак | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | | | 10,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 0,760 | 3,560 | 3,080 | 47,600 | Икра кабачковая (Ясли) | 40,000 | 4,89 |
| 2 | 2,110 | 4,260 | 11,900 | 87,500 | Свекольник (Ясли) | 180,000 | 19,36 |
| 3 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 2г (Ясли ГКП) | 2,000 | 0,15 |
| 4 | 6,360 | 8,540 | 3,730 | 116,050 | Шницель из говядины (Ясли) | 60,000 | 17,99 |
| 5 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Ясли) | 1,000 | 0,58 |
| 6 | 0,240 | 0,060 | 18,150 | 74,000 | Компот из Вишни (Ясли) | 150,000 | 3,03 |
| 7 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Ясли) | 40,000 | 2,21 |
| 8 | 3,740 | 1,890 | 29,510 | 141,220 | Каша перловая рассыпчатая (Ясли) | 110,000 | 2,62 |
| Итого на Обед | 15,920 | 18,800 | 79,920 | 537,350 | | | 50,83 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 17,020 | 6,600 | 130,460 | 567,000 | Батон с повидлом (Ясли) | 40,000 | 5,82 |
| 2 | 4,350 | 3,750 | 6,000 | 75,000 | Кефир (Ясли) | 150,000 | 15,27 |
| Итого на Полдник | 21,370 | 10,350 | 136,460 | 642,000 | | | 21,09 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли) | 40,000 | 3,27 |
| 2 | 0,050 | 0,010 | 8,010 | 32,000 | Чай сладкий (Ясли) | 150,000 | 1,97 |
| 3 | 2,530 | 3,740 | 17,580 | 106,840 | Рагу овощное (Ясли) | 110,000 | 8,09 |
| Итого на Ужин | 3,780 | 3,960 | 30,640 | 165,840 | | | 13,33 |
| Итого: | 61,670 | 44,250 | 297,990 | 1733,190 | | | 139,95 |

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "22" марта 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 | 6,07 |
| 2 | 16,120 | 5,860 | 22,960 | 207,870 | Пудинг творожно-рисовый (Сад) | 100,000 | 28,74 |
| 3 | 2,160 | 2,550 | 16,650 | 98,400 | Молоко сгущённое (Сад) | 30,000 | 7,20 |
| 4 | 3,420 | 2,890 | 17,240 | 109,000 | Кофейный напиток на молоке (Сад) | 180,000 | 9,00 |
| Итого на Завтрак | 23,720 | 17,530 | 68,910 | 527,270 | | | 51,01 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | Мандарины (Сад) | 70,000 | 10,36 |
| Итого на Второй завтрак | 0,560 | 0,140 | 5,250 | 27,000 | | | 10,36 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 0,290 | 0,070 | 21,780 | 89,000 | Компот из Вишни (Сад) | 180,000 | 5,64 |
| 2 | 8,170 | 10,680 | 13,420 | 174,820 | Свекольник (Сад) | 200,000 | 22,81 |
| 3 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Сад) | 40,000 | 2,36 |
| 4 | 8,640 | 11,420 | 6,470 | 161,730 | Шницель из говядины (Сад) | 80,000 | 23,29 |
| 5 | 4,200 | 1,940 | 33,190 | 157,220 | Каша перловая рассыпчатая (Сад) | 130,000 | 2,81 |
| 6 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Сад) | 2,000 | 0,42 |
| 7 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 3г (Сад ГКП) | 3,000 | 0,07 |
| 8 | 0,950 | 4,450 | 3,850 | 59,500 | Икра кабачковая (Сад) | 50,000 | 5,92 |
| Итого на Обед | 24,960 | 29,050 | 92,260 | 713,250 | | | 63,32 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 17,020 | 6,600 | 130,460 | 567,000 | Батон с повидлом (Сад) | 40,000 | 5,65 |
| 2 | 5,220 | 4,500 | 7,200 | 90,000 | Кефир (Сад) | 180,000 | 14,67 |
| Итого на Полдник | 22,240 | 11,100 | 137,660 | 657,000 | | | 20,32 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Сад) | 40,000 | 3,17 |
| 2 | 0,060 | 0,010 | 8,900 | 36,000 | Чай сладкий (Сад) | 180,000 | 1,66 |
| 3 | 3,420 | 2,860 | 23,350 | 122,490 | Рагу овощное (Сад) | 130,000 | 9,56 |
| Итого на Ужин | 4,680 | 3,080 | 37,300 | 185,490 | | | 14,39 |
| Итого: | 76,160 | 60,900 | 341,380 | 2110,010 | | | 159,4 |

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____