

Учреждение:  
Подразделение

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

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "22" мая 2023 г.

Диета:

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

(подпись)

№ 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,15
2	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша " Дружба" жидкая на молоке	200,000	13,00
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,15
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>10,020</b>	<b>14,300</b>	<b>60,040</b>	<b>401,220</b>			<b>28,3</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,79
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,320</b>	<b>0,320</b>	<b>9,440</b>	<b>36,000</b>			<b>9,79</b>
<b>Обед</b>							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,10
2	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	3,55
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 15	15,000	0,12
5	0,910	1,330	6,230	35,720	Салат из овощей (Сад)	40,000	4,89
6	12,240	17,520	2,680	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	28,17
7	0,320	0,000	30,960	115,380	Компот из изюма (Сад)	180,000	5,83
8	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный на к/б с	200,000	5,37
<b>Итого на Обед</b>	<b>58,870</b>	<b>27,510</b>	<b>81,120</b>	<b>704,170</b>			<b>50,1</b>
<b>Полдник</b>							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	13,55
2	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,07
<b>Итого на Полдник</b>	<b>16,700</b>	<b>20,890</b>	<b>16,380</b>	<b>320,400</b>			<b>20,62</b>
<b>Ужин</b>							
1	14,160	8,070	17,620	195,910	Рыба запечённая /горбуша/ с	200,000	50,01
2	1,030	3,010	4,330	48,140	Соус молочный (Сад)	50,000	4,26
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,20
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,13
<b>Итого на Ужин</b>	<b>16,530</b>	<b>11,320</b>	<b>35,200</b>	<b>303,390</b>			<b>58,6</b>
<b>Итого:</b>	<b>102,440</b>	<b>74,340</b>	<b>202,180</b>	<b>1765,180</b>			<b>167,41</b>

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" мая 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	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	16,33
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,39
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,55
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>5,950</b>	<b>10,900</b>	<b>46,990</b>	<b>303,860</b>			<b>30,27</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	10,73
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,240</b>	<b>0,240</b>	<b>5,880</b>	<b>26,000</b>			<b>10,73</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	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
3	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	38,42
4	0,700	1,020	4,750	27,320	Салат из овощей (Ясли)	30,000	3,79
5	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный на к/б с	180,000	4,95
6	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	3,22
7	0,270	0,000	25,800	96,150	Компот из изюма (Ясли)	150,000	4,81
<b>Итого на Обед</b>	<b>45,860</b>	<b>55,280</b>	<b>71,000</b>	<b>877,290</b>			<b>57,44</b>
<b>Полдник</b>							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,10
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,93
<b>Итого на Полдник</b>	<b>10,490</b>	<b>9,940</b>	<b>13,520</b>	<b>185,750</b>			<b>17,03</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	10,720	5,550	13,250	142,910	Рыба запечённая /горбуша/ с	150,000	42,86
3	1,030	3,010	4,330	48,140	Соус молочный (Ясли)	40,000	3,83
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,17
<b>Итого на Ужин</b>	<b>13,090</b>	<b>8,800</b>	<b>30,830</b>	<b>250,390</b>			<b>51,13</b>
<b>Итого:</b>	<b>75,630</b>	<b>85,160</b>	<b>168,220</b>	<b>1643,290</b>			<b>166,6</b>

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. \_\_\_\_\_ /