

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)



МЕНЮ БЛЮД
на "22" июня 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	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	4,98
2	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	9,77
3	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,17
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
Итого на Завтрак	12,030	20,240	38,940	444,000			32,42
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,02
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	6,83
Итого на Второй завтрак	1,440	1,500	15,170	80,250			15,85
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,64
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
4	0,340	2,040	1,380	24,320	Салат из свежих помидоров и огурцов	40,000	4,86
5	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	3,91
6	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	2,87
7	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	18,16
8	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	18,36
Итого на Обед	21,560	22,280	60,360	519,360			51,05
Полдник							
1	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	30,000	6,70
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	18,35
Итого на Полдник	13,430	11,880	24,170	251,110			25,05
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	7,27
3	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	60,000	31,38
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	2,06
Итого на Ужин	12,670	9,810	46,190	321,040			43,98
Итого:	61,130	65,710	184,830	1615,760			168,35

Кладовщик: _____ / Скачков (1) В.В. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "22" июня 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	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
2	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,95
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,46
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	9,03
Итого на Завтрак	13,950	25,070	49,790	552,000			36,94
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	11,06
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			11,06
Обед							
1	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	21,01
2	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	6,22
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,47
4	0,510	3,050	2,070	36,480	Салат из свежих помидоров и огурцов	60,000	7,92
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,14
6	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	4,72
7	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	26,03
8	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
Итого на Обед	10,840	13,230	67,730	428,320			68,59
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,70
2	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	8,23
Итого на Полдник	16,280	14,250	29,540	303,760			23,93
Ужин							
1	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	80,000	40,77
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,37
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,92
4	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	7,95
Итого на Ужин	15,770	12,370	51,750	378,190			54,01
Итого:	57,740	64,920	216,990	1739,270			194,53

Кладовщик:

Скачков (1) В.В.