

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "22" декабря 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	9,14
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,60
3	18,120	5,090	18,020	190,220	Запеканка твор. - манная с джемом	100,000	33,72
Итого на Завтрак	21,530	11,760	40,050	349,720			48,46
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,90
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,9
Обед							
1	3,800	2,850	2,040	48,960	Сельдь с луком репчатым (Ясли)	45,000	16,47
2	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Ясли)	65,000	24,50
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
4	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	3,29
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
6	11,910	12,340	25,900	255,020	Суп гречневый с курицей 1 кат. (Ясли)	180,000	20,70
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
8	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,62
Итого на Обед	26,370	30,510	54,200	665,960			75,52
Полдник							
1	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	12,05
2	5,750	4,830	36,610	208,230	Плюшка Московская (Ясли)	60,000	6,98
Итого на Полдник	10,250	9,630	49,360	323,730			19,03
Ужин							
1	4,580	4,260	28,390	166,980	Каша кукурузная молочная жидкая	150,000	10,19
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,53
3	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,87
Итого на Ужин	5,830	4,480	41,450	225,980			14,59
Итого:	64,220	56,620	190,940	1591,390			164,5

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)



МЕНЮ БЛЮД
на "22" декабря 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	10,11
2	18,140	5,090	21,320	202,720	Запеканка твор.- манная с джемом	100,000	33,77
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,47
Итого на Завтрак	22,040	13,270	46,270	389,220			50,35
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,32
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,32
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,36
2	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый с курицей 1 кат. (Сад)	200,000	24,56
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,34
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
5	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	4,39
6	5,150	3,860	2,760	66,240	Сельдь с луком репчатым (Сад)	60,000	22,00
7	5,500	11,950	0,200	130,000	Сосиски отварные (Сад)	65,000	24,06
8	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,60
Итого на Обед	30,320	32,870	65,520	743,950			86,39
Полдник							
1	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	14,32
2	7,580	5,310	49,480	270,960	Плюшка Московская (Сад)	80,000	8,38
Итого на Полдник	12,800	9,810	57,040	361,960			22,7
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,35
2	3,430	11,350	20,210	186,000	Каша кукурузная молочная жидкая	200,000	13,47
3	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,97
Итого на Ужин	4,690	11,570	34,160	249,000			17,79
Итого:	70,170	67,840	212,430	1780,130			186,55

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /