

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "23" января 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	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,36
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
4	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,21
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,500</b>	<b>15,640</b>	<b>40,080</b>	<b>369,540</b>			<b>31,63</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	6,65
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,750</b>	<b>0,000</b>	<b>15,150</b>	<b>64,000</b>			<b>6,65</b>
<b>Обед</b>							
1	1,240	9,980	2,920	105,900	Салат из зеленого горошка	40,000	13,80
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,65
3	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,63
4	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый на курином бульоне	180,000	7,68
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
6	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	26,37
<b>Итого на Обед</b>	<b>48,470</b>	<b>56,930</b>	<b>76,250</b>	<b>997,030</b>			<b>55,17</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,00
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	14,00
<b>Итого на Полдник</b>	<b>13,600</b>	<b>8,890</b>	<b>38,550</b>	<b>285,000</b>			<b>23</b>
<b>Ужин</b>							
1	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы (Ясли)	75,000	42,64
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	0,84
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	4,99
4	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	8,24
<b>Итого на Ужин</b>	<b>23,600</b>	<b>12,110</b>	<b>32,120</b>	<b>331,020</b>			<b>56,71</b>
<b>Итого:</b>	<b>99,920</b>	<b>93,570</b>	<b>202,150</b>	<b>2046,590</b>			<b>173,16</b>

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