

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

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
Завтрак							
1	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,46
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,08
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,06
4	4,480	4,390	18,100	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	10,79
Итого на Завтрак	15,000	18,110	47,680	427,480			34,39
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	7,98
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			7,98
Обед							
1	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	21,54
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
3	1,550	10,000	3,650	109,900	Салат из зеленого горошка	50,000	7,73
4	13,560	12,960	27,710	274,490	Суп гречневый на курином бульоне	200,000	8,37
5	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	5,64
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
Итого на Обед	59,820	68,180	98,140	1226,360			45,56
Полдник							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	9,00
2	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	16,68
Итого на Полдник	15,550	10,580	41,250	318,900			25,68
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,78
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	20,510	9,010	6,800	190,020	Биточки из рыбы (Сад)	85,000	44,78
4	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,64
Итого на Ужин	24,560	12,840	41,800	376,260			57,47
Итого:	115,830	109,710	247,050	2426,000			171,08

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. /

_____ /