

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "23" января 2024 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	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	8,69
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	8,13
3	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	21,16
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,26
Итого на Завтрак	14,520	32,090	45,100	523,420			44,24
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,13
Итого на Второй завтрак	1,440	1,500	15,170	80,250			13,13
Обед							
1	6,810	8,040	10,800	221,980	Щи из квашеной капусты на г/б (Ясли)	180,000	10,00
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
3	9,410	9,230	2,210	128,980	Гуляш из говядины 1 кат. (Ясли)	60,000	32,05
4	0,250	0,000	15,200	56,940	Компот из чернослива (Ясли)	150,000	3,96
5	3,740	1,890	29,510	141,220	Каша перловая рассыпчатая (Ясли)	110,000	2,95
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
8	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет (Ясли)	40,000	3,32
Итого на Обед	23,730	23,360	76,340	677,100			55,22
Полдник							
1	4,900	2,570	44,250	219,730	Пирог фруктовый «Кубанский» (Ясли)	60,000	15,98
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	10,96
Итого на Полдник	9,250	6,320	50,550	295,730			26,94
Ужин							
1	4,200	4,800	7,050	87,000	Молоко кипячёное (Ясли)	150,000	13,36
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,53
3	21,040	9,760	117,650	621,840	Макароны отварные с сыром (Ясли)	180,000	17,97
Итого на Ужин	26,440	14,770	129,750	735,840			34,86
Итого:	75,380	78,040	316,910	2312,340			174,39

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "23" января 2024 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,61
2	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	25,99
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,43
Итого на Завтрак	14,390	21,210	33,010	380,410			41,03
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,67
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,67
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
2	10,280	8,270	6,130	126,000	Гуляш из говядины 1 кат. (Сад)	80,000	42,59
3	6,810	8,040	10,800	221,980	Щи из квашеной капусты на г/б (Сад)	200,000	11,95
4	4,200	1,940	33,190	157,220	Каша перловая рассыпчатая (Сад)	130,000	3,10
5	0,300	0,000	18,510	69,360	Компот из чернослива (Сад)	180,000	4,54
6	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,34
7	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет (Сад)	50,000	3,97
8	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,29
Итого на Обед	25,110	22,450	87,250	702,540			68,86
Полдник							
1	4,900	2,570	44,250	219,730	Пирог фруктовый «Кубанский» (Сад)	80,000	19,23
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	13,81
Итого на Полдник	10,120	7,070	51,810	311,730			33,04
Ужин							
1	23,440	10,850	269,900	692,800	Макароны отварные с сыром (Сад)	200,000	19,41
2	5,600	6,400	9,400	116,000	Молоко кипячёное (Сад)	180,000	16,02
3	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,45
Итого на Ужин	30,240	17,460	284,350	835,800			38,88
Итого:	80,760	68,190	474,600	2307,480			192,48

Калькулятор: _____ Федотов С.Н.