

Учреждение:
Подразделение

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

МЕНЮ БЛЮД
на "23" мая 2023 г.

Диета:

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

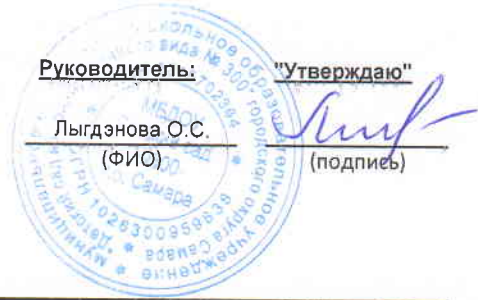
(подпись)

№ 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	6,00
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,75
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	20,63
Итого на Завтрак	14,390	21,210	33,010	380,410			34,38
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,61
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,61
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,14
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
3	10,280	8,270	2,640	126,000	Гуляш из говядины 1 кат. (Сад)	80,000	42,33
4	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	2,68
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,43
6	4,320	5,560	9,400	99,340	Щи из свежей капусты с говядиной	200,000	22,89
7	7,480	6,300	40,200	237,310	Каша гречневая рассыпчатая на воде	130,000	8,60
8	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Сад)	40,000	3,51
Итого на Обед	26,000	24,330	95,840	692,630			82,65
Полдник							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	10,14
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	14,59
Итого на Полдник	9,020	4,950	32,610	207,500			24,73
Ужин							
1	23,440	10,850	131,140	692,800	Макароны отварные с сыром (Сад)	200,000	19,20
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	5,600	6,400	9,400	116,000	Молоко кипяченое (Сад)	180,000	14,52
Итого на Ужин	30,240	17,460	145,590	835,800			36,99
Итого:	80,550	67,950	325,230	2193,340			189,36

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____

Учреждение:
Подразделение

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



МЕНЮ БЛЮД
на "23" мая 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	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,13
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,55
3	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	11,00
4	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	15,04
Итого на Завтрак	14,520	32,090	45,100	523,420			38,72
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,97
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	10,21
Итого на Второй завтрак	4,550	0,450	40,200	179,500			19,18
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	9,410	9,230	2,210	128,980	Гуляш из говядины 1 кат. (Ясли)	60,000	32,00
3	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Ясли)	40,000	3,24
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,63
5	0,330	0,000	20,820	85,000	Компот из сухофруктов (Ясли)	150,000	2,38
6	4,140	4,740	8,820	88,770	Щи из свежей капусты с говядиной	180,000	20,26
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
8	6,340	5,280	34,060	200,550	Каша гречневая рассыпчатая на воде	110,000	7,23
Итого на Обед	23,740	23,450	84,530	631,280			67,99
Полдник							
1	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	11,85
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	10,21
Итого на Полдник	8,150	4,200	31,350	191,500			22,06
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	21,040	9,760	117,650	621,840	Макароны отварные с сыром (Ясли)	180,000	17,01
3	4,200	4,800	7,050	87,000	Молоко кипячёное (Ясли)	150,000	12,15
Итого на Ужин	26,440	14,770	129,750	735,840			32,43
Итого:	77,400	74,960	330,930	2261,540			180,38

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____