

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "23" августа 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,06
2	2,160	2,550	16,650	98,400	Молоко сгущённое (Сад)	30,000	7,12
3	11,970	4,660	11,600	135,240	Пудинг из творога с яблоками (Сад)	100,000	22,97
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,74
Итого на Завтрак	19,570	16,330	57,550	454,640			43,89
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,20
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,2
Обед							
1	8,640	11,420	6,470	161,730	Шницель из говядины (Сад)	80,000	22,18
2	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	5,07
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
4	8,170	10,680	13,420	174,820	Свекольник (Сад)	200,000	22,71
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
6	0,950	4,450	3,850	59,500	Икра кабачковая (Сад)	50,000	6,09
7	4,200	1,940	33,190	157,220	Каша перловая рассыпчатая (Сад)	130,000	2,85
8	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,31
Итого на Обед	24,960	29,050	92,260	713,250			61,49
Полдник							
1	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Сад)	40,000	5,69
2	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	13,69
Итого на Полдник	22,240	11,100	137,660	657,000			19,38
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,10
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,09
3	3,420	2,860	23,350	122,490	Рагу овощное (Сад)	130,000	10,54
Итого на Ужин	4,680	3,080	37,300	185,490			14,73
Итого:	71,770	59,880	334,210	2046,380			148,69

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" августа 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	7,65
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
3	11,330	3,680	9,070	114,350	Пудинг из творога с яблоками (Ясли)	80,000	21,13
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Молоко сгущенное (Ясли)	15,000	3,75
Итого на Завтрак	15,710	10,810	32,570	290,350			38,09
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,81
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,81
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,13
2	0,760	3,560	3,080	47,600	Икра кабачковая (Ясли)	40,000	5,01
3	2,110	4,260	11,900	87,500	Свекольник (Ясли)	180,000	18,88
4	6,360	8,540	3,730	116,050	Шницель из говядины (Ясли)	60,000	16,59
5	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	4,16
6	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,41
7	3,740	1,890	29,510	141,220	Каша перловая рассыпчатая (Ясли)	110,000	2,71
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,22
Итого на Обед	15,920	18,800	79,920	537,350			50,11
Полдник							
1	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Ясли)	40,000	5,75
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Кефир (Ясли)	150,000	11,85
Итого на Полдник	21,370	10,350	136,460	642,000			17,6
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,72
3	2,530	3,740	17,580	106,840	Рагу овощное (Ясли)	110,000	8,36
Итого на Ужин	3,780	3,960	30,640	165,840			13,35
Итого:	57,020	44,160	285,470	1661,540			125,96

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /
_____ /