

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "23" октября 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,13
2	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша " Дружба" жидкая на молоке	200,000	13,32
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,12
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>10,020</b>	<b>14,300</b>	<b>60,040</b>	<b>401,220</b>			<b>28,57</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,80
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,8</b>
<b>Обед</b>							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
2	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	50,000	8,66
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
4	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	5,95
5	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 5	5,000	3,75
6	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный на к/б с	200,000	4,15
7	12,240	17,520	2,680	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	33,19
8	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	3,90
<b>Итого на Обед</b>	<b>58,650</b>	<b>36,220</b>	<b>59,880</b>	<b>706,120</b>			<b>61,89</b>
<b>Полдник</b>							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	15,70
2	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,07
<b>Итого на Полдник</b>	<b>16,700</b>	<b>20,890</b>	<b>16,380</b>	<b>320,400</b>			<b>22,77</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
2	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,32
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,81
4	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	80,000	34,96
<b>Итого на Ужин</b>	<b>15,390</b>	<b>11,320</b>	<b>41,010</b>	<b>319,430</b>			<b>48,36</b>
<b>Итого:</b>	<b>101,660</b>	<b>82,730</b>	<b>195,490</b>	<b>1824,170</b>			<b>172,39</b>

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

\_\_\_\_\_ /

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "23" октября 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	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,60
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,39
3	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	16,58
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>5,950</b>	<b>10,900</b>	<b>46,990</b>	<b>303,860</b>			<b>30,57</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,750</b>	<b>0,000</b>	<b>15,150</b>	<b>64,000</b>			<b>9</b>
<b>Обед</b>							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	44,61
3	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
4	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный на к/б с	180,000	3,82
5	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,62
6	0,960	10,040	3,290	104,970	Салат из свежих огурцов с	40,000	5,81
7	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	3,62
<b>Итого на Обед</b>	<b>45,890</b>	<b>64,300</b>	<b>52,270</b>	<b>891,190</b>			<b>64,73</b>
<b>Полдник</b>							
1	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,08
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,92
<b>Итого на Полдник</b>	<b>10,490</b>	<b>9,940</b>	<b>13,520</b>	<b>185,750</b>			<b>17</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	60,000	26,33
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,80
4	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,36
<b>Итого на Ужин</b>	<b>11,830</b>	<b>8,750</b>	<b>31,550</b>	<b>249,040</b>			<b>38,76</b>
<b>Итого:</b>	<b>74,910</b>	<b>93,890</b>	<b>159,480</b>	<b>1693,840</b>			<b>160,06</b>

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

\_\_\_\_\_ /