

Учреждение:  
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "23" ноября 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	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	9,68
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	12,12
3	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,35
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,08
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,030</b>	<b>20,240</b>	<b>38,940</b>	<b>444,000</b>			<b>35,23</b>
<b>Второй завтрак</b>							
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	4,21
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>1,440</b>	<b>1,500</b>	<b>15,170</b>	<b>80,250</b>			<b>13,21</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	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	19,58
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,51
4	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	20,34
5	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,51
6	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	2,57
7	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,48
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,45
<b>Итого на Обед</b>	<b>24,310</b>	<b>31,610</b>	<b>79,230</b>	<b>686,460</b>			<b>59,48</b>
<b>Полдник</b>							
1	4,350	3,750	6,300	76,000	Варенец (Ясли)	150,000	11,85
2	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Ясли)	14,000	7,40
3	1,540	0,600	10,660	47,000	Батоны (Ясли)	20,000	2,35
<b>Итого на Полдник</b>	<b>9,330</b>	<b>8,770</b>	<b>16,960</b>	<b>176,000</b>			<b>21,6</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,61
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,85
3	7,520	3,750	10,490	102,470	Уха рыбацкая (Ясли)	180,000	27,89
<b>Итого на Ужин</b>	<b>8,860</b>	<b>3,990</b>	<b>23,740</b>	<b>161,810</b>			<b>33,35</b>
<b>Итого:</b>	<b>55,970</b>	<b>66,110</b>	<b>174,040</b>	<b>1548,520</b>			<b>162,87</b>

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" ноября 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	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	12,12
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,57
3	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	13,10
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,03
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,950</b>	<b>25,070</b>	<b>49,790</b>	<b>552,000</b>			<b>39,82</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,86
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,86</b>
<b>Обед</b>							
1	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,32
2	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	5,20
3	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,56
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,41
5	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,43
6	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	21,87
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
8	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленые из курицы /филе/	60,000	23,83
<b>Итого на Обед</b>	<b>14,450</b>	<b>22,040</b>	<b>92,660</b>	<b>617,100</b>			<b>68,69</b>
<b>Полдник</b>							
1	5,220	4,500	7,560	92,000	Варенец (Сад)	180,000	13,95
2	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	7,60
3	1,140	1,790	13,130	73,000	Батоны (Сад)	25,000	2,79
<b>Итого на Полдник</b>	<b>9,800</b>	<b>10,710</b>	<b>20,690</b>	<b>218,000</b>			<b>24,34</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,55
2	9,300	4,290	13,160	124,270	Уха рыбацкая (Сад)	200,000	33,52
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,51
<b>Итого на Ужин</b>	<b>10,640</b>	<b>4,530</b>	<b>26,410</b>	<b>183,610</b>			<b>38,58</b>
<b>Итого:</b>	<b>49,740</b>	<b>62,350</b>	<b>207,730</b>	<b>1647,710</b>			<b>182,29</b>

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