

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

**МЕНЮ БЛЮД**  
на "25" 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
<b>Завтрак</b>							
1	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,13
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,50
3	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	8,87
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,55
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,030</b>	<b>20,240</b>	<b>38,940</b>	<b>444,000</b>			<b>31,05</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	8,97
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,77
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>1,440</b>	<b>1,500</b>	<b>15,170</b>	<b>80,250</b>			<b>12,74</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	17,27
3	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,64
4	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	20,67
5	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,35
6	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из чёрной смородины (Ясли)	150,000	2,87
7	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,25
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
<b>Итого на Обед</b>	<b>24,310</b>	<b>31,610</b>	<b>79,230</b>	<b>686,460</b>			<b>57,3</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	30,000	6,83
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Ясли)	150,000	11,70
<b>Итого на Полдник</b>	<b>7,980</b>	<b>7,190</b>	<b>16,670</b>	<b>156,610</b>			<b>18,53</b>
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	2,680	3,940	26,900	154,000	Рис отварной (Ясли)	110,000	7,80
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,81
4	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	60,000	32,22
<b>Итого на Ужин</b>	<b>12,670</b>	<b>9,810</b>	<b>46,190</b>	<b>321,040</b>			<b>45,1</b>
<b>Итого:</b>	<b>58,430</b>	<b>70,350</b>	<b>196,200</b>	<b>1688,360</b>			<b>164,72</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 "25" 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
<b>Завтрак</b>							
1	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,91
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,76
3	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,03
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,50
Итого на Завтрак	13,950	25,070	49,790	552,000			35,2
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,66
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,66
<b>Обед</b>							
1	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	22,47
2	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,05
3	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	22,83
4	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	6,37
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,43
6	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,15
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,15
8	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
Итого на Обед	14,450	22,040	92,660	617,100			68,52
<b>Полдник</b>							
1	4,350	3,750	6,000	75,000	Снежок (Сад)	180,000	13,65
2	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	8,21
Итого на Полдник	8,880	7,870	19,340	175,360			21,86
<b>Ужин</b>							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,17
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,61
3	3,170	4,660	31,790	182,000	Рис отварной (Сад)	130,000	8,18
4	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /горбуша/ -	80,000	40,13
Итого на Ужин	15,770	12,370	51,750	378,190			53,09
Итого:	53,950	67,350	231,720	1799,650			189,33

Калькулятор:

Федотов С.Н.