

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С. (ФИО) (подпись)



Учреждение:

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Подраздел

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД на "26" 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 | 18,140 | 5,090 | 21,320 | 202,720 | Запеканка твор. - манная с джемом | 100,000 | 34,57 |
| 2 | 1,880 | 1,950 | 12,890 | 74,500 | Какао на молоке (Сад) | 180,000 | 9,22 |
| 3 | 2,020 | 6,230 | 12,060 | 112,000 | Бутерброды с маслом (Сад) | 30,000 | 6,01 |
| Итого на Завтрак | 22,040 | 13,270 | 46,270 | 389,220 | | | 49,8 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,320 | 0,320 | 9,440 | 36,000 | Яблоки (Сад) | 80,000 | 9,27 |
| Итого на Второй | 0,320 | 0,320 | 9,440 | 36,000 | | | 9,27 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад) | 5,000 | 0,07 |
| 2 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Сад) | 2,000 | 0,47 |
| 3 | 0,910 | 3,010 | 11,330 | 67,520 | Салат из свеклы с курагой и изюмом | 50,000 | 4,44 |
| 4 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Сад) | 40,000 | 2,34 |
| 5 | 2,790 | 3,610 | 21,050 | 123,240 | Картофельное пюре (Сад) | 130,000 | 8,90 |
| 6 | 5,500 | 11,950 | 0,200 | 130,000 | Сосиски отварные (Сад) | 65,000 | 25,85 |
| 7 | 8,600 | 9,820 | 22,780 | 210,390 | Суп с клецками с курицей (Сад) | 200,000 | 24,88 |
| 8 | 0,610 | 0,000 | 0,250 | 79,000 | Напиток из плодов шиповника (Сад) | 180,000 | 5,18 |
| Итого на Обед | 21,120 | 28,880 | 69,160 | 681,130 | | | 72,13 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 5,220 | 4,500 | 7,560 | 91,000 | Бифидок (Сад) | 180,000 | 15,01 |
| 2 | 10,560 | 8,830 | 31,950 | 247,670 | Булочка "Веснушка" (Сад) | 50,000 | 6,35 |
| Итого на Полдник | 15,780 | 13,330 | 39,510 | 338,670 | | | 21,36 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Сад) | 40,000 | 3,31 |
| 2 | 0,060 | 0,010 | 8,900 | 36,000 | Чай сладкий (Сад) | 180,000 | 1,09 |
| 3 | 3,430 | 11,350 | 20,210 | 186,000 | Каша кукурузная молочная жидкая | 200,000 | 12,74 |
| Итого на Ужин | 4,690 | 11,570 | 34,160 | 249,000 | | | 17,14 |
| Итого: | 63,950 | 67,370 | 198,540 | 1694,020 | | | 169,7 |

Калькулятор:

Федотов С.Н.

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО) (подпись)

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

МЕНЮ БЛЮД на "26" 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 | 18,120 | 5,090 | 18,020 | 190,220 | Запеканка твор. - манная с джемом | 100,000 | 32,28 |
| 2 | 1,530 | 4,720 | 9,140 | 85,000 | Бутерброды с маслом (Ясли) | 25,000 | 5,55 |
| 3 | 1,880 | 1,950 | 12,890 | 74,500 | Какао на молоке (Ясли) | 150,000 | 8,39 |
| Итого на Завтрак | 21,530 | 11,760 | 40,050 | 349,720 | | | 46,22 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 1 | 0,240 | 0,240 | 5,880 | 26,000 | Яблоки (Ясли) | 60,000 | 6,90 |
| Итого на Второй | 0,240 | 0,240 | 5,880 | 26,000 | | | 6,9 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | 5,500 | 11,950 | 0,200 | 130,000 | Сосиски отварные (Ясли) | 65,000 | 24,51 |
| 2 | 0,730 | 2,410 | 9,060 | 54,020 | Салат из свеклы с курагой и изюмом | 40,000 | 3,12 |
| 3 | 2,640 | 0,480 | 13,360 | 70,000 | Хлеб ржаной 40,0 (Ясли) | 40,000 | 2,21 |
| 4 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли) | 3,000 | 0,12 |
| 5 | 0,070 | 0,010 | 0,190 | 0,980 | Зелень (Ясли) | 1,000 | 0,63 |
| 6 | 0,610 | 0,000 | 0,250 | 79,000 | Напиток из плодов шиповника (Ясли) | 150,000 | 4,50 |
| 7 | 1,840 | 2,880 | 12,260 | 82,000 | Картофельное пюре (Ясли) | 110,000 | 7,85 |
| 8 | 7,920 | 8,520 | 21,550 | 191,480 | Суп с клецками с курицей (Ясли) | 180,000 | 21,60 |
| Итого на Обед | 19,310 | 26,250 | 56,870 | 607,480 | | | 64,54 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | 10,560 | 8,830 | 31,950 | 247,670 | Булочка "Веснушка" (Ясли) | 50,000 | 7,32 |
| 2 | 4,500 | 4,800 | 12,750 | 115,500 | Бифидок (Ясли) | 150,000 | 11,85 |
| Итого на Полдник | 15,060 | 13,630 | 44,700 | 363,170 | | | 19,17 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | 0,050 | 0,010 | 8,010 | 32,000 | Чай сладкий (Ясли) | 150,000 | 1,38 |
| 2 | 1,200 | 0,210 | 5,050 | 27,000 | Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли) | 40,000 | 3,27 |
| 3 | 4,580 | 4,260 | 28,390 | 166,980 | Каша кукурузная молочная жидкая | 150,000 | 9,59 |
| Итого на Ужин | 5,830 | 4,480 | 41,450 | 225,980 | | | 14,24 |
| Итого: | 61,970 | 56,360 | 188,950 | 1572,350 | | | 151,07 |

Калькулятор: _____
 Федотов С.Н. 