

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель: Лыгдэнова О.С.
(ФИО) "Утверждаю"
(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "27" января 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	0,700	2,500	2,930	37,000	Соус сметанный (Сад)	40,000	3,13
2	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Сад)	100,000	28,31
3	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,99
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,84
Итого на Завтрак	8,640	13,950	41,860	308,000			45,27
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	8,17
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			8,17
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,12
2	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	200,000	16,93
3	0,820	3,020	5,700	47,660	Салат из свеклы с чесноком (Сад)	50,000	2,98
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Сад ГКП)	3,000	0,04
5	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Сад)	180,000	5,81
6	20,160	19,200	46,160	427,590	Запеканка картофельная с говядиной	220,000	61,38
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,64
8	0,560	1,480	4,020	31,060	Соус томатный (Сад)	40,000	2,70
Итого на Обед	35,390	35,030	100,840	911,850			92,6
Полдник							
1	5,220	4,500	7,560	91,000	Бифидок (Сад)	180,000	16,94
2	8,000	7,910	59,600	327,810	Ватрушка с повидлом (Сад)	80,000	16,43
Итого на Полдник	13,220	12,410	67,160	418,810			33,37
Ужин							
1	4,670	8,090	28,390	213,000	Каша пшенная жидкая на молоке	200,000	12,12
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,11
3	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,79
Итого на Ужин	5,930	8,310	42,340	276,000			16,02
Итого:	63,500	70,020	261,640	1950,660			195,43

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "27" января 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	0,420	1,500	1,760	22,000	Соус сметанный (Ясли)	30,000	3,26
2	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,71
3	2,500	2,330	9,630	50,000	Запеканка твор.- манная (Ясли)	50,000	24,19
4	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
Итого на Завтрак	7,300	10,960	34,890	248,000			40,72
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,46
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,46
Обед							
1	0,340	0,740	2,810	18,790	Соус томатный (Ясли)	30,000	2,04
2	10,530	10,840	31,160	255,560	Рассольник ленинградский с огурцами	180,000	58,91
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 2г (Ясли ГКП)	2,000	0,53
4	0,610	0,000	0,250	79,000	Напиток из плодов шиповника (Ясли)	150,000	4,97
5	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	6,24
6	0,800	2,010	3,940	38,000	Салат из свеклы с чесноком (Ясли)	40,000	2,82
7	13,890	13,090	31,920	293,880	Запеканка картофельная с говядиной	150,000	178,55
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
Итого на Обед	28,880	27,170	83,630	756,210			256,27
Полдник							
1	4,500	4,800	12,750	115,500	Бифидок (Ясли)	150,000	17,64
2	6,200	6,240	50,140	276,080	Ватрушка с повидлом (Ясли)	70,000	20,86
Итого на Полдник	10,700	11,040	62,890	391,580			38,5
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	1,14
3	7,020	8,650	32,760	233,270	Каша пшеничная жидкая на молоке	155,000	12,52
Итого на Ужин	8,270	8,870	45,820	292,270			16,93
Итого:	55,390	58,280	233,110	1714,060			358,88

Калькулятор:

Федотов С.Н.