

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:
Лыгдэнова О.С.
(ФИО)



МЕНЮ БЛЮД
на "28" февраля 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,07
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,87
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	20,62
Итого на Завтрак	14,390	21,210	33,010	380,410			34,56
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	13,37
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			13,37
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,24
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,29
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
4	10,280	8,270	2,640	126,000	Гуляш из говядины 1 кат. (Сад)	80,000	37,77
5	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	2,52
6	4,320	5,560	9,400	99,340	Щи из свежей капусты с говядиной	200,000	19,62
7	7,480	6,300	40,200	237,310	Каша гречневая рассыпчатая на воде	130,000	8,59
8	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Сад)	40,000	2,94
Итого на Обед	26,000	24,330	95,840	692,630			74,04
Полдник							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	9,00
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	14,17
Итого на Полдник	9,020	4,950	32,610	207,500			23,17
Ужин							
1	23,440	10,850	131,140	692,800	Макароны отварные с сыром (Сад)	200,000	20,67
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,19
3	1,440	1,490	16,520	81,940	Чай с молоком (Сад)	180,000	5,17
Итого на Ужин	26,080	12,550	152,710	801,740			29,03
Итого:	76,390	63,040	332,350	2159,280			174,17

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /
: _____ /

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "28" февраля 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	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,33
2	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,16
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,62
4	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	15,05
Итого на Завтрак	14,520	32,090	45,100	523,420			37,16
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	11,73
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,42
Итого на Второй завтрак	4,550	0,450	40,200	179,500			21,15
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	9,410	9,230	2,210	128,980	Гуляш из говядины 1 кат. (Ясли)	60,000	33,11
3	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Ясли)	40,000	3,44
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,42
5	0,330	0,000	20,820	85,000	Компот из сухофруктов (Ясли)	150,000	2,19
6	4,140	4,740	8,820	88,770	Щи из свежей капусты с говядиной	180,000	20,12
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,27
8	6,340	5,280	34,060	200,550	Каша гречневая рассыпчатая на воде	110,000	7,31
Итого на Обед	23,740	23,450	84,530	631,280			68,9
Полдник							
1	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	11,79
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,42
Итого на Полдник	8,150	4,200	31,350	191,500			21,21
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	21,040	9,760	117,650	621,840	Макароньы отварные с сыром (Ясли)	180,000	18,38
3	1,200	1,240	13,770	68,290	Чай с молоком (Ясли)	150,000	4,44
Итого на Ужин	23,440	11,210	136,470	717,130			26,09
Итого:	74,400	71,400	337,650	2242,830			174,51

Калькулятор:

Федотов С.Н.

Федотов С.Н.