

Учреждение:
Подразделение

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

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

МЕНЮ БЛЮД
на "28" сентября 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	7,13
2	2,570	8,510	15,160	188,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	150,000	9,16
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	9,10
Итого на Завтрак	12,030	20,240	38,940	444,000			30,95
Второй завтрак							
1	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	4,16
2	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
Итого на Второй завтрак	1,440	1,500	15,170	80,250			13,16
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
2	3,300	2,530	15,820	99,000	Макаронные изделия отварные (Ясли)	110,000	4,16
3	5,740	7,560	10,190	125,430	Борщ из свежей капусты с говядиной	180,000	19,47
4	0,040	0,010	9,440	35,630	Компот из черной смородины (Ясли)	150,000	2,89
5	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,60
6	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,41
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
8	9,430	9,650	9,980	164,000	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	19,34
Итого на Обед	24,310	31,610	79,230	686,460			58,12
Полдник							
1	4,350	3,750	6,300	76,000	Варенец (Ясли)	150,000	11,85
2	3,630	3,440	10,670	81,610	Гренки с сыром (Ясли)	30,000	6,84
Итого на Полдник	7,980	7,190	16,970	157,610			18,69
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,01
3	7,520	3,750	10,490	102,470	Уха рыбацкая (Ясли)	180,000	27,44
Итого на Ужин	8,860	3,990	23,740	161,810			31,72
Итого:	54,620	64,530	174,050	1530,130			152,64

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "28" сентября 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	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,89
2	3,430	11,350	20,210	251,000	Каша геркулесовая жидкая на молоке	200,000	12,57
3	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	9,10
4	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,19
Итого на Завтрак	13,950	25,070	49,790	552,000			35,75
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,65
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			10,65
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
2	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,14
3	4,400	3,370	21,090	132,000	Макаронные изделия отварные (Сад)	130,000	5,00
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,27
5	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	30,000	9,30
6	0,100	0,020	13,100	49,200	Компот из чёрной смородины (Сад)	180,000	6,43
7	1,750	2,980	8,540	66,660	Котлеты рубленные из курицы /филе/	60,000	24,87
8	1,370	3,320	9,380	73,000	Борщ из свежей капусты с говядиной	200,000	21,85
Итого на Обед	14,450	22,040	92,660	617,100			69,94
Полдник							
1	5,220	4,500	7,560	92,000	Варенец (Сад)	180,000	14,40
2	4,530	4,120	13,340	100,360	Гренки с сыром (Сад)	35,000	8,60
Итого на Полдник	9,750	8,620	20,900	192,360			23
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,14
2	9,300	4,290	13,160	124,270	Уха рыбацкая (Сад)	200,000	33,74
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	0,99
Итого на Ужин	10,640	4,530	26,410	183,610			37,87
Итого:	49,690	60,260	207,940	1622,070			177,21

Калькулятор:

Федотов С.Н.