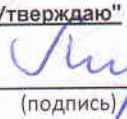


Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:
Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "29" января 2024 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	4,040	3,910	16,300	113,540	Суп молочный с вермишелью (Ясли)	180,000	9,88
2	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Ясли)	40,000	12,93
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	6,30
4	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	7,75
Итого на Завтрак	13,500	15,640	40,080	369,540			36,86
Второй завтрак							
1	0,240	0,240	5,880	26,000	Яблоки (Ясли)	60,000	6,90
Итого на Второй завтрак	0,240	0,240	5,880	26,000			6,9
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,05
2	1,530	2,530	8,270	57,160	Суп овощной на к/б (Ясли)	180,000	5,58
3	0,760	3,560	3,080	47,600	Икра кабачковая (Ясли)	40,000	5,05
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,39
5	30,990	33,510	23,730	514,240	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Ясли)	160,000	21,71
6	0,780	0,000	24,860	91,950	Компот из кураги (Ясли)	150,000	8,34
Итого на Обед	36,700	40,080	73,300	780,950			43,12
Полдник							
1	10,460	4,800	39,600	244,800	Булочка «Творожная» (Ясли)	60,000	10,57
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	11,99
Итого на Полдник	20,260	13,240	53,100	414,300			22,56
Ужин							
1	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,85
2	8,650	5,630	6,040	107,700	Рыба тушёная с овощами /минтай/ -	60,000	15,81
3	1,840	2,880	12,260	82,000	Картофельное пюре (Ясли)	110,000	7,82
4	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,53
Итого на Ужин	11,830	8,750	31,550	249,040			29,01
Итого:	82,530	77,950	203,910	1839,830			138,45

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

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "29" января 2024 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	6,74
2	4,480	4,390	23,540	126,480	Суп молочный с вермишелью (Сад)	200,000	11,84
3	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	8,46
4	5,080	4,600	0,280	80,000	Яйца (Сад)	40,000	13,10
Итого на Завтрак	15,000	18,110	53,120	427,480			40,14
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	9,18
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			9,18
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,40
2	42,020	44,740	40,760	723,890	Плов рисовый с курицей 1 кат. (Сад)	210,000	38,91
3	0,940	0,000	29,830	110,340	Компот из кураги (Сад)	180,000	7,30
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
5	0,950	4,450	3,850	59,500	Икра кабачковая (Сад)	50,000	6,02
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Лавровый лист 5	5,000	0,21
7	1,740	3,740	10,830	72,710	Суп овощной на к/б (Сад)	200,000	6,31
Итого на Обед	48,290	53,410	98,630	1036,440			61,22
Полдник							
1	10,460	4,800	39,600	244,800	Булочка «Творожная» (Сад)	80,000	13,13
2	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	13,27
Итого на Полдник	22,210	14,930	55,800	448,200			26,4
Ужин							
1	11,260	7,470	6,710	136,850	Рыба тушёная с овощами /минтай/ -	80,000	21,06
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,44
3	2,790	3,610	21,050	123,240	Картофельное пюре (Сад)	130,000	8,75
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,43
Итого на Ужин	15,390	11,320	41,010	319,430			34,68
Итого:	101,210	98,090	258,000	2267,550			171,62

Калькулятор:

Федотов С.Н.

(подпись)