

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "30" 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	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	9,49
2	2,540	4,230	24,960	144,360	Каша "Дружба" жидкая на молоке	155,000	17,61
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	9,37
Итого на Завтрак	5,950	10,900	46,990	303,860			36,47
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	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
3	9,000	46,320	1,720	459,700	Суфле из курицы (Ясли)	60,000	34,10
4	0,700	1,020	4,750	27,320	Салат из овощей (Ясли)	30,000	2,62
5	5,470	5,360	14,090	122,120	Суп картофельный с курицей и	180,000	8,94
6	27,780	2,100	11,280	102,000	Гороховое пюре (Ясли)	110,000	2,83
7	0,040	0,000	8,530	32,400	Компот из Клюквы (Ясли)	150,000	4,57
Итого на Обед	45,630	55,280	53,730	813,540			55,31
Полдник							
1	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	5,43
2	9,800	8,440	13,500	169,500	Йогурт (Ясли)	150,000	13,99
Итого на Полдник	10,490	9,940	13,520	185,750			19,42
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	4,08
2	5,460	3,210	3,650	64,500	Рыба запеченная /горбуша/ с	60,000	15,48
3	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Ясли)	150,000	1,50
4	0,120	0,740	0,820	10,360	Соус белый основной (Ясли)	20,000	0,80
Итого на Ужин	6,920	4,190	17,720	134,200			21,86
Итого:	69,230	80,550	137,840	1463,350			139,52

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

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

"Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "30" 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	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,29
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,94
3	6,120	6,120	35,090	214,720	Каша " Дружба" жидкая на молоке	200,000	12,90
Итого на Завтрак	10,020	14,300	60,040	401,220			28,13
Второй завтрак							
1	0,320	0,320	9,440	36,000	Яблоки (Сад)	80,000	8,06
Итого на Второй завтрак	0,320	0,320	9,440	36,000			8,06
Обед							
1	12,240	17,520	2,680	217,150	Суфле из курицы (Сад)	80,000	25,64
2	0,910	1,330	6,230	35,720	Салат из овощей (Сад)	40,000	3,26
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,03
4	37,040	2,800	12,040	136,000	Гороховое пюре (Сад)	130,000	2,98
5	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,17
6	5,720	5,380	15,850	129,920	Суп картофельный с курицей и	200,000	8,73
7	0,050	0,000	12,660	48,080	Компот из Клюквы (Сад)	180,000	5,74
Итого на Обед	58,600	27,510	62,820	636,870			48,55
Полдник							
1	11,750	10,130	16,200	203,400	Йогурт (Сад)	180,000	16,71
2	4,950	10,760	0,180	117,000	Печенье (Сад)	45,000	7,06
Итого на Полдник	16,700	20,890	16,380	320,400			23,77
Ужин							
1	0,240	1,470	1,540	20,310	Соус белый основной (Сад)	30,000	1,45
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	7,260	4,520	4,740	87,670	Рыба запечённая /горбуша/ с	80,000	20,34
4	0,140	0,030	8,200	32,340	Чай с лимоном (Сад)	180,000	1,27
Итого на Ужин	8,840	6,230	19,530	167,320			26,33
Итого:	94,480	69,250	168,210	1561,810			134,84

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

: _____ /