

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "31" 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	2,850	2,410	14,360	91,000	Кофейный напиток на молоке (Ясли)	150,000	9,73
2	4,120	11,860	27,000	225,260	Салат из кукурузы консервированной	40,000	14,13
3	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,56
4	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	17,13
Итого на Завтрак	15,550	32,580	51,850	557,260			46,55
Второй завтрак							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	11,10
2	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,00
Итого на Второй завтрак	4,550	0,450	40,200	179,500			20,1
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	4,42
2	6,340	5,280	34,060	200,550	Каша гречневая рассыпчатая на воде	110,000	7,31
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,25
4	8,050	7,240	13,620	144,770	Суп-пюре овощной с говядиной (Ясли)	180,000	31,87
5	9,410	9,230	2,210	128,980	Гуляш из говядины 1 кат. (Ясли)	60,000	45,65
6	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Ясли)	40,000	9,45
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	1,04
8	0,330	0,000	20,820	85,000	Компот из сухофруктов (Ясли)	150,000	1,57
Итого на Обед	27,650	25,950	89,330	687,280			101,56
Полдник							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	9,00
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	13,31
Итого на Полдник	8,150	4,200	31,350	191,500			22,31
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	5,95
2	21,040	9,760	117,650	621,840	Макароны отварные с сыром (Ясли)	180,000	15,28
3	1,200	1,240	13,770	68,290	Чай с молоком (Ясли)	150,000	5,86
Итого на Ужин	23,440	11,210	136,470	717,130			27,09
Итого:	79,340	74,390	349,200	2332,670			217,61

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель: "Утверждаю"

Лыгдэнова О.С.

(ФИО)

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "31" 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,97
2	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,23
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	21,02
Итого на Завтрак	14,390	21,210	33,010	380,410			34,22
Второй завтрак							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	9,52
Итого на Второй завтрак	0,900	0,000	18,180	77,000			9,52
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,21
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,84
3	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
4	10,280	8,270	2,640	126,000	Гуляш из говядины 1 кат. (Сад)	80,000	40,53
5	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	1,63
6	8,910	8,560	15,260	166,350	Суп-пюре овощной на мк/б (Сад)	200,000	22,41
7	7,480	6,300	40,200	237,310	Каша гречневая рассыпчатая на воде	130,000	8,32
8	0,810	3,710	5,070	57,000	Винегрет овощной (Сад)	40,000	3,45
Итого на Обед	30,590	27,330	101,700	759,640			79,47
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	15,97
Итого на Полдник	9,020	4,950	32,610	207,500			24,97
Ужин							
1	23,440	10,850	131,140	692,800	Макароны отварные с сыром (Сад)	200,000	16,69
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,27
3	1,440	1,490	16,520	81,940	Чай с молоком (Сад)	180,000	4,19
Итого на Ужин	26,080	12,550	152,710	801,740			24,15
Итого:	80,980	66,040	338,210	2226,290			172,33

Калькулятор: _____ Федотов С.Н. _____ /

_____ /