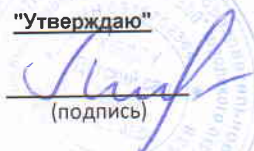


Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:  
Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)

"Утверждаю"  
  
(подпись)

МЕНЮ БЛЮД  
на "31" 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 |
|--------------------------------|---------------|---------------|----------------|---------------------------------|------------------------------------|----------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                 |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 2,850         | 2,410         | 14,360         | 91,000                          | Кофейный напиток на молоке (Ясли)  | 150,000              | 7,74             |
| 2                              | 0,000         | 0,000         | 0,000          | 0,000                           | Молоко сгущённое (Ясли)            | 15,000               | 3,75             |
| 3                              | 14,190        | 3,810         | 12,960         | 142,190                         | Пудинг из творога (Ясли)           | 80,000               | 25,42            |
| 4                              | 1,530         | 4,720         | 9,140          | 85,000                          | Бутерброды с маслом (Ясли)         | 25,000               | 4,93             |
| <b>Итого на Завтрак</b>        | <b>18,570</b> | <b>10,940</b> | <b>36,460</b>  | <b>318,190</b>                  |                                    |                      | <b>41,84</b>     |
| <b>Второй завтрак</b>          |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 0,240         | 0,240         | 5,880          | 26,000                          | Яблоки (Ясли)                      | 60,000               | 6,90             |
| <b>Итого на Второй завтрак</b> | <b>0,240</b>  | <b>0,240</b>  | <b>5,880</b>   | <b>26,000</b>                   |                                    |                      | <b>6,9</b>       |
| <b>Обед</b>                    |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 0,240         | 0,060         | 18,150         | 74,000                          | Компот из Вишни (Ясли)             | 150,000              | 2,73             |
| 2                              | 0,140         | 0,020         | 0,480          | 2,200                           | Огурцы консервированные            | 20,000               | 5,95             |
| 3                              | 0,070         | 0,010         | 0,190          | 0,980                           | Зелень (Ясли)                      | 1,000                | 0,51             |
| 4                              | 6,360         | 8,540         | 3,730          | 116,050                         | Шницель из говядины (Ясли)         | 60,000               | 16,44            |
| 5                              | 2,110         | 4,260         | 11,900         | 87,500                          | Свекольник (Ясли)                  | 180,000              | 18,52            |
| 6                              | 0,000         | 0,000         | 0,000          | 0,000                           | Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)   | 3,000                | 0,04             |
| 7                              | 6,340         | 5,280         | 34,060         | 200,550                         | Каша гречневая рассыпчатая на воде | 110,000              | 6,23             |
| 8                              | 2,640         | 0,480         | 13,360         | 70,000                          | Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)            | 40,000               | 2,39             |
| <b>Итого на Обед</b>           | <b>17,900</b> | <b>18,650</b> | <b>81,870</b>  | <b>551,280</b>                  |                                    |                      | <b>52,81</b>     |
| <b>Полдник</b>                 |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 4,350         | 3,750         | 6,000          | 75,000                          | Кефир (Ясли)                       | 150,000              | 10,31            |
| 2                              | 17,020        | 6,600         | 130,460        | 567,000                         | Батон с повидлом (Ясли)            | 40,000               | 5,77             |
| <b>Итого на Полдник</b>        | <b>21,370</b> | <b>10,350</b> | <b>136,460</b> | <b>642,000</b>                  |                                    |                      | <b>16,08</b>     |
| <b>Ужин</b>                    |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 0,050         | 0,010         | 8,010          | 32,000                          | Чай сладкий (Ясли)                 | 150,000              | 0,87             |
| 2                              | 1,200         | 0,210         | 5,050          | 27,000                          | Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)         | 40,000               | 3,53             |
| 3                              | 2,530         | 3,740         | 17,580         | 106,840                         | Рагу овощное (Ясли)                | 110,000              | 7,34             |
| <b>Итого на Ужин</b>           | <b>3,780</b>  | <b>3,960</b>  | <b>30,640</b>  | <b>165,840</b>                  |                                    |                      | <b>11,74</b>     |
| <b>Итого:</b>                  | <b>61,860</b> | <b>44,140</b> | <b>291,310</b> | <b>1703,310</b>                 |                                    |                      | <b>129,37</b>    |

Калькулятор:

Федотов С.Н.



Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:  
Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "31" 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 |
|--------------------------------|---------------|---------------|----------------|---------------------------------|------------------------------------|----------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                 |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 3,420         | 2,890         | 17,240         | 109,000                         | Кофейный напиток на молоке (Сад)   | 180,000              | 8,51             |
| 2                              | 2,160         | 2,550         | 16,650         | 98,400                          | Молоко сгущенное (Сад)             | 30,000               | 7,66             |
| 3                              | 2,020         | 6,230         | 12,060         | 112,000                         | Бутерброды с маслом (Сад)          | 30,000               | 5,39             |
| 4                              | 15,290        | 4,810         | 16,260         | 168,120                         | Пудинг из творога (Сад)            | 110,000              | 25,26            |
| <b>Итого на Завтрак</b>        | <b>22,890</b> | <b>16,480</b> | <b>62,210</b>  | <b>487,520</b>                  |                                    |                      | <b>46,82</b>     |
| <b>Второй завтрак</b>          |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 0,320         | 0,320         | 9,440          | 36,000                          | Яблоки (Сад)                       | 80,000               | 9,20             |
| <b>Итого на Второй завтрак</b> | <b>0,320</b>  | <b>0,320</b>  | <b>9,440</b>   | <b>36,000</b>                   |                                    |                      | <b>9,2</b>       |
| <b>Обед</b>                    |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 7,480         | 6,300         | 40,200         | 237,310                         | Каша гречневая рассыпчатая на воде | 130,000              | 7,26             |
| 2                              | 0,000         | 0,000         | 0,000          | 0,000                           | Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)    | 5,000                | 0,08             |
| 3                              | 0,210         | 0,030         | 0,720          | 3,300                           | Огурцы консервированные            | 30,000               | 6,97             |
| 4                              | 0,290         | 0,070         | 21,780         | 89,000                          | Компот из Вишни (Сад)              | 180,000              | 5,01             |
| 5                              | 8,640         | 11,420        | 6,470          | 161,730                         | Шницель из говядины (Сад)          | 80,000               | 21,54            |
| 6                              | 0,070         | 0,010         | 0,190          | 0,980                           | Зелень (Сад)                       | 2,000                | 0,29             |
| 7                              | 2,640         | 0,480         | 13,360         | 70,000                          | Хлеб ржаной 40,0 (Сад)             | 40,000               | 2,24             |
| 8                              | 8,170         | 10,680        | 13,420         | 174,820                         | Свекольник (Сад)                   | 200,000              | 21,47            |
| <b>Итого на Обед</b>           | <b>27,500</b> | <b>28,990</b> | <b>96,140</b>  | <b>737,140</b>                  |                                    |                      | <b>64,86</b>     |
| <b>Полдник</b>                 |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 5,220         | 4,500         | 7,200          | 90,000                          | Кефир (Сад)                        | 180,000              | 13,85            |
| 2                              | 17,020        | 6,600         | 130,460        | 567,000                         | Батон с повидлом (Сад)             | 40,000               | 5,83             |
| <b>Итого на Полдник</b>        | <b>22,240</b> | <b>11,100</b> | <b>137,660</b> | <b>657,000</b>                  |                                    |                      | <b>19,68</b>     |
| <b>Ужин</b>                    |               |               |                |                                 |                                    |                      |                  |
| 1                              | 3,420         | 2,860         | 23,350         | 122,490                         | Рагу овощное (Сад)                 | 130,000              | 9,19             |
| 2                              | 1,200         | 0,210         | 5,050          | 27,000                          | Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)          | 40,000               | 3,47             |
| 3                              | 0,060         | 0,010         | 8,900          | 36,000                          | Чай сладкий (Сад)                  | 180,000              | 0,88             |
| <b>Итого на Ужин</b>           | <b>4,680</b>  | <b>3,080</b>  | <b>37,300</b>  | <b>185,490</b>                  |                                    |                      | <b>13,54</b>     |
| <b>Итого:</b>                  | <b>77,630</b> | <b>59,970</b> | <b>342,750</b> | <b>2103,150</b>                 |                                    |                      | <b>154,1</b>     |

Калькулятор:

Федотов С.Н.