

Учреждение:
Подразделение

МБДОУ №300 г.о. Самара (питание)

Корпус 1

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(Ф.И.О.)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "31" мая 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	7,32
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,55
3	15,660	3,870	22,220	185,000	Пудинг творожно-рисовый (Ясли)	100,000	26,46
4	0,000	0,000	0,000	0,000	Молоко сгущенное (Ясли)	15,000	3,75
Итого на Завтрак	20,040	11,000	45,720	361,000			43,08
Второй завтрак							
1	0,560	0,140	5,250	27,000	Мандарины (Ясли)	70,000	17,60
Итого на Второй завтрак	0,560	0,140	5,250	27,000			17,6
Обед							
1	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
2	0,760	3,560	3,080	47,600	Икра кабачковая (Ясли)	40,000	5,02
3	2,110	4,260	11,900	87,500	Свекольник (Ясли)	180,000	23,05
4	6,360	8,540	3,730	116,050	Шницель из говядины (Ясли)	60,000	20,51
5	0,240	0,060	18,150	74,000	Компот из Вишни (Ясли)	150,000	2,20
6	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,64
7	3,740	1,890	29,510	141,220	Каша перловая рассыпчатая (Ясли)	110,000	2,72
8	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
Итого на Обед	15,920	18,800	79,920	537,350			56,39
Полдник							
1	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Ясли)	40,000	5,84
2	4,350	3,750	6,000	75,000	Кефир (Ясли)	150,000	11,84
Итого на Полдник	21,370	10,350	136,460	642,000			17,68
Ужин							
1	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Ясли)	40,000	3,27
2	0,050	0,010	8,010	32,000	Чай сладкий (Ясли)	150,000	1,25
3	2,530	3,740	17,580	106,840	Рагу овощное (Ясли)	110,000	11,68
Итого на Ужин	3,780	3,960	30,640	165,840			16,2
Итого:	61,670	44,250	297,990	1733,190			150,95

Калькулятор:

Федотов С.Н.

Учреждение:
Подразделение

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

Руководитель:

Лыгдэнова О.С.
(ФИО)

"Утверждаю"

(подпись)

МЕНЮ БЛЮД
на "31" мая 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	16,120	5,860	22,960	207,870	Пудинг творожно-рисовый (Сад)	100,000	29,12
2	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	5,89
3	2,160	2,550	16,650	98,400	Молоко сгущенное (Сад)	30,000	7,00
4	3,420	2,890	17,240	109,000	Кофейный напиток на молоке (Сад)	180,000	7,66
Итого на Завтрак	23,720	17,530	68,910	527,270			49,67
Второй завтрак							
1	0,560	0,140	5,250	27,000	Мандарины (Сад)	70,000	14,28
Итого на Второй завтрак	0,560	0,140	5,250	27,000			14,28
Обед							
1	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,28
2	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,08
3	8,170	10,680	13,420	174,820	Свекольник (Сад)	200,000	24,29
4	0,290	0,070	21,780	89,000	Компот из Вишни (Сад)	180,000	4,86
5	0,950	4,450	3,850	59,500	Икра кабачковая (Сад)	50,000	6,23
6	4,200	1,940	33,190	157,220	Каша перловая рассыпчатая (Сад)	130,000	2,83
7	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,46
8	8,640	11,420	6,470	161,730	Шницель из говядины (Сад)	80,000	23,54
Итого на Обед	24,960	29,050	92,260	713,250			64,57
Полдник							
1	17,020	6,600	130,460	567,000	Батон с повидлом (Сад)	40,000	5,54
2	5,220	4,500	7,200	90,000	Кефир (Сад)	180,000	14,87
Итого на Полдник	22,240	11,100	137,660	657,000			20,41
Ужин							
1	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	1,08
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,29
3	3,420	2,860	23,350	122,490	Рагу овощное (Сад)	130,000	13,75
Итого на Ужин	4,680	3,080	37,300	185,490			18,12
Итого:	76,160	60,900	341,380	2110,010			167,05

Калькулятор:

Федотов С.Н.