

Учреждение:  
Подразделение

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

Руководитель:  
Лыгдэнова О.С.  
(ФИО)



**МЕНЮ БЛЮД**  
на "31" октября 2023 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	7,050	13,590	1,350	156,000	Омлет натуральный (Ясли)	85,000	17,41
2	1,530	4,720	9,140	85,000	Бутерброды с маслом (Ясли)	25,000	5,65
3	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Ясли)	150,000	8,39
4	3,090	11,370	20,250	191,420	Салат из кукурузы консервированной	30,000	7,18
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>13,550</b>	<b>31,630</b>	<b>43,630</b>	<b>506,920</b>			<b>38,63</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,750	0,000	15,150	64,000	Сок фруктовый (Ясли)	150,000	9,00
2	0,690	1,500	0,020	16,250	Печенье (Ясли)	25,000	3,92
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>1,440</b>	<b>1,500</b>	<b>15,170</b>	<b>80,250</b>			<b>12,92</b>
<b>Обед</b>							
1	1,600	4,880	0,400	52,000	Салат из картофеля с зеленым	40,000	4,16
2	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Ясли)	1,000	0,48
3	0,330	0,000	20,820	85,000	Компот из сухофруктов (Ясли)	150,000	1,93
4	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Ясли)	40,000	2,21
5	4,720	6,760	17,730	146,360	Суп-харчо с говядиной (Ясли)	180,000	16,06
6	11,200	8,080	15,290	165,990	Капуста тушеная с говядиной (Ясли)	170,000	26,26
7	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 3г (Ясли)	3,000	0,04
<b>Итого на Обед</b>	<b>20,560</b>	<b>20,210</b>	<b>67,790</b>	<b>520,330</b>			<b>51,14</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Ясли)	14,000	9,28
2	4,350	3,750	6,300	76,000	Ряженка (Ясли)	150,000	12,52
3	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Ясли)	48,000	11,71
<b>Итого на Полдник</b>	<b>11,590</b>	<b>8,620</b>	<b>31,350</b>	<b>244,500</b>			<b>33,51</b>
<b>Ужин</b>							
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	0,97
3	5,230	4,170	29,350	170,030	Каша ячневая жидкая на молоке	150,000	8,40
<b>Итого на Ужин</b>	<b>6,480</b>	<b>4,390</b>	<b>42,410</b>	<b>229,030</b>			<b>12,64</b>
<b>Итого:</b>	<b>53,620</b>	<b>66,350</b>	<b>200,350</b>	<b>1581,030</b>			<b>148,84</b>

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" октября 2023 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	2,020	6,230	12,060	112,000	Бутерброды с маслом (Сад)	30,000	6,30
2	1,880	1,950	12,890	74,500	Какао на молоке (Сад)	180,000	9,29
3	8,950	12,090	3,710	159,410	Омлет натуральный (Сад)	95,000	24,06
<b>Итого на Завтрак</b>	<b>12,850</b>	<b>20,270</b>	<b>28,660</b>	<b>345,910</b>			<b>39,65</b>
<b>Второй завтрак</b>							
1	0,900	0,000	18,180	77,000	Сок фруктовый (Сад)	180,000	10,89
<b>Итого на Второй завтрак</b>	<b>0,900</b>	<b>0,000</b>	<b>18,180</b>	<b>77,000</b>			<b>10,89</b>
<b>Обед</b>							
1	6,520	8,060	19,930	173,350	Суп-харчо с говядиной (Сад)	200,000	21,66
2	0,860	2,590	5,690	47,480	Салат из картофеля с зеленым	50,000	5,45
3	12,690	8,880	21,200	196,090	Капуста тушеная с говядиной (Сад)	210,000	30,73
4	0,070	0,010	0,190	0,980	Зелень (Сад)	2,000	0,34
5	0,400	0,000	24,980	102,000	Компот из сухофруктов (Сад)	180,000	2,45
6	0,000	0,000	0,000	0,000	Соль на день (мат ОМС) 5г (Сад)	5,000	0,07
7	2,640	0,480	13,360	70,000	Хлеб ржаной 40,0 (Сад)	40,000	2,26
<b>Итого на Обед</b>	<b>23,180</b>	<b>20,020</b>	<b>85,350</b>	<b>589,900</b>			<b>62,96</b>
<b>Полдник</b>							
1	3,800	0,450	25,050	115,500	Пряник (Сад)	48,000	10,32
2	5,220	4,500	7,560	92,000	Ряженка (Сад)	180,000	14,65
3	3,440	4,420	0,000	53,000	Сыр (Сад)	14,000	7,10
<b>Итого на Полдник</b>	<b>12,460</b>	<b>9,370</b>	<b>32,610</b>	<b>260,500</b>			<b>32,07</b>
<b>Ужин</b>							
1	4,360	8,680	12,210	123,000	Каша ячневая жидкая на молоке (Сад)	200,000	11,45
2	1,200	0,210	5,050	27,000	Хлеб пшеничный 40,0 (Сад)	40,000	3,21
3	0,060	0,010	8,900	36,000	Чай сладкий (Сад)	180,000	0,93
<b>Итого на Ужин</b>	<b>5,620</b>	<b>8,900</b>	<b>26,160</b>	<b>186,000</b>			<b>15,59</b>
<b>Итого:</b>	<b>55,010</b>	<b>58,560</b>	<b>190,960</b>	<b>1459,310</b>			<b>161,16</b>

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Федотов С.Н. \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ /