

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А.**МЕНЮ**
1 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, ВЯЗКАЯ.	200	2,12	3,00	26,81	142,73	0,60
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,09	0,00	20,04	82,04	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,26	5,36	66,92	338,37	0,60
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	7,65	4,58	29,26	190,01	4,14
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,94	2,84	6,42	55,52	0,79
2012	190	МАКАРОННИК С МЯСОМ КУР .	200	17,60	15,63	39,12	358,05	0,44
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК .	200	0,05	0,05	24,49	100,15	0,46
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			680	29,59	23,54	120,49	807,73	5,83
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	7,78	6,82	54,98	311,47	0,04
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,20	0,13	19,29	80,55	0,00
Итого			280	7,98	6,95	74,27	392,02	0,04
Ужин								
2012	168	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ.	150	4,11	4,68	31,50	185,28	0,00
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ.	80	14,90	4,09	4,36	113,96	0,34
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,11	0,03	8,52	34,54	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			470	22,17	11,16	64,45	447,38	0,36
Всего				65,00	47,01	326,13	1 985,50	6,82

Сформировать меню: 2106

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./**МЕНЮ**
2 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ.	200	3,75	6,16	26,18	188,51	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,14	79,83	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	6,98	8,64	65,39	381,94	0,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	4,18	5,68	186,14	148,82	10,55
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	49	0,39	0,05	0,84	6,41	2,46
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	12,28	14,60	35,44	313,45	1,68
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			699	20,70	20,80	267,10	671,52	14,85
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,85	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,02
Итого			250	5,41	5,37	41,45	231,26	0,02
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	155	5,00	6,53	30,52	201,80	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	63	1,15	5,41	4,68	72,32	1,76
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,52	0,21	26,44	121,39	64,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			458	9,72	14,51	81,71	509,11	65,76
Всего				42,81	49,32	455,65	1 793,93	80,63

Стоимость меню: 210р

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А.**МЕНЮ**
3 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	2,58	4,53	26,31	158,06	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	20,27	82,92	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,70	6,89	66,65	354,58	0,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	3,28	5,07	25,64	162,04	4,40
2012	214	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ.	50	0,90	3,21	10,54	72,89	2,06
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ .	200	8,19	16,38	30,03	300,30	14,70
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	24,74	102,58	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			700	15,94	25,15	112,15	741,81	21,16
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	80	6,88	7,73	40,37	258,96	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,03	9,95	40,30	0,03
Итого			280	7,01	7,76	50,32	299,26	0,03
Ужин								
2012	319	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ .	200/5	6,05	8,04	34,87	237,10	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			445	9,43	10,54	78,62	455,75	40,00
Всего				38,08	50,34	307,74	1 851,40	61,19

Степень меню: 2/0р

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А.



МЕНЮ

6 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ.	200	2,21	4,65	24,35	156,87	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	20,73	84,75	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,33	7,01	65,15	355,22	0,00
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ.	200	6,11	6,55	33,10	216,54	4,54
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	200	12,80	20,99	837,75	272,38	30,48
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	22,76	28,01	915,53	691,86	35,16
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,14	79,83	0,00
Итого			250	3,33	3,27	55,52	254,43	0,00
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ.	215	12,27	5,57	5,33	121,81	2,41
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			455	15,44	7,96	33,38	267,82	2,43
Всего				46,86	48,25	1 069,58	1 569,33	37,61

Составлено меню: 21.07

МЕНЮ

8 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Биты- матр. С. мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	1,92	3,16	23,46	131,21	0,90
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	20,73	81,75	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,30	0,00
Итого			440	5,04	5,52	64,26	326,26	0,90
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	6,53	5,06	27,69	164,81	0,00
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА".	55	0,93	3,12	5,82	31,20	0,00
2012	187	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ КУР И ПОДЛИВОЙ.	180/30	14,34	15,45	34,62	326,14	1,71
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,36	0,08	28,22	117,82	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			715	25,51	24,15	117,55	723,97	1,71
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	60	5,60	7,10	33,34	219,81	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,33	80,61	0,00
Итого			260	5,78	7,22	52,67	300,42	0,00
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	150	2,73	6,35	23,60	164,01	0,00
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	63	1,89	0,80	12,53	66,44	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	30,40	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,30	0,00
Итого			453	7,79	9,54	64,18	374,15	0,00
Всего				44,12	46,43	298,66	1724,84	2,61

отпущено мучо: 210р

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А./**МЕНЮ**
9 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, ВЯЗКАЯ.	200	1,98	3,14	25,90	139,76	0,56
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,17	0,11	19,13	79,68	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,20	5,61	65,10	333,04	0
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ,	200	3,67	5,40	20,91	147,15	5,74
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ,	53	0,42	0,05	0,90	6,88	2,64
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	10,41	13,28	24,80	253,33	12,73
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,06	0,01	23,46	95,81	0,40
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			703	17,91	19,18	91,27	607,15	21,55
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,85	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,10	0,03	7,94	32,16	0,02
Итого			250	5,39	5,37	41,41	231,01	0,02
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,89	5,55	29,86	189,83	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,10	5,12	4,43	68,54	1,60
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			450	9,37	13,17	78,04	477,02	41,66
Всего				37,87	43,33	275,82	1 648,22	63,79

Сумма меню: 210р

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара

Болгова Г. А.

МЕНЮ

10 июля 2026 г.

Аллергик



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА".	200	2,01	3,48	26,95	153,03	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК .	200	0,07	0,00	20,73	84,75	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,13	5,84	67,75	351,38	0,00
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК .	200	3,16	3,15	29,28	157,98	6,35
2012	190	МАКАРОННИК С МЯСОМ КУР .	200	18,33	18,90	37,11	381,94	0,48
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,99	3,19	6,74	60,15	0,98
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК .	200	0,05	0,05	24,83	101,65	0,53
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			680	25,88	25,73	119,16	805,72	8,32
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА " ВЕСНУШКА " .	70/10	8,47	6,42	50,89	296,04	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,72	82,15	0,00
Итого			280	8,65	6,54	70,61	378,19	0,00
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	200	2,40	4,19	279,06	105,03	14,91
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			480	10,53	11,07	309,32	320,07	14,93
Всего				50,19	49,18	566,84	1 855,36	23,25

Составлено и дано: 21/07

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А.



МЕНЮ

13 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ .	200	2,29	3,31	25,35	143,14	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,08	0,00	20,04	81,98	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,38	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,42	5,67	65,46	338,72	0,00
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	3,70	4,63	23,19	149,54	4,11
2012	298	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ И МЯСОМ КУР.	195	13,96	16,36	761,20	259,10	27,42
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,32	0,07	28,89	119,45	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			645	21,33	21,50	834,48	632,09	31,53
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,00	7,50	37,45	225,00	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	39,51	152,77	0,00
Итого			250	4,00	7,50	76,96	377,77	0,00
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	100	14,66	5,32	8,11	139,44	0,34
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	150	2,78	5,33	19,30	146,02	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,10	0,03	7,94	32,16	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	1,77	15,05	85,20	0,00
Итого			480	19,81	12,45	50,40	402,82	0,36
Всего				50,56	47,12	1 027,30	1 751,40	31,89

Отличность меню: 2/10

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А.

МЕНЮ

14 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	1,35	2,71	25,68	134,02	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,90	0,00
Итого			440	4,52	5,10	55,67	287,77	0,00
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,64	4,85	193,33	173,27	10,82
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	56	0,44	0,06	0,94	7,22	2,78
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,32	4,81	36,24	242,95	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	12,84	18,09	7,04	242,22	0,33
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			706	33,92	28,39	282,43	874,71	53,93
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,14	79,83	0,00
Итого			250	3,33	3,27	55,52	254,43	0,00
Ужин								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, ВЯЗКАЯ.	220	2,38	4,16	30,95	170,49	0,66
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	26,67	104,09	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	1,77	15,05	85,20	0,00
Итого			450	4,67	5,93	72,67	359,78	0,66
Всего				46,44	42,69	466,29	1 776,69	54,61

Всего: 210,7

МЕНЮ

15 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА".	200	1,97	3,48	26,04	149,49	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	19,99	81,81	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,09	5,84	66,10	344,90	0,00
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	8,11	5,24	29,44	197,74	4,34
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	5,00	5,18	30,52	189,59	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	40/30	11,85	16,07	8,58	215,61	1,89
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			670	28,81	26,96	113,22	805,88	6,39
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	6,26	6,05	41,07	242,81	0,03
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	8,56	34,73	0,03
Итого			280	6,38	6,08	49,63	277,54	0,06
Ужин								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	220	2,11	3,57	26,30	147,14	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			460	5,16	5,93	72,65	363,28	0,00
Всего				45,44	44,81	301,60	1 791,60	6,44

Сумма меню: 2106

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А.**МЕНЮ**
16 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ.	200	3,75	6,16	26,18	188,51	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,14	79,83	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	6,98	8,64	65,39	381,94	0,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	4,39	5,90	186,14	151,48	10,55
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	51	0,94	4,42	3,83	59,14	1,44
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	13,20	15,59	35,44	325,10	1,68
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			501	21,88	26,35	246,61	639,72	13,67
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,33	5,37	33,74	200,44	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,02
Итого			250	5,45	5,40	41,72	232,85	0,02
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	150	2,73	6,35	23,60	163,01	11,23
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	50	1,51	0,64	10,02	54,76	2,02
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			480	12,58	13,98	77,64	497,71	53,25
Всего				46,89	54,37	431,36	1 752,22	66,92

Стоимость меню: 210р

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А./**МЕНЮ**
17 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	2,48	4,16	25,84	152,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	19,99	81,81	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,60	6,52	65,90	347,85	0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	3,44	5,18	25,17	161,32	4,24
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	57	0,46	0,06	0,98	7,46	2,87
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ .	210	14,32	17,06	30,11	320,75	14,1
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,10	0,03	23,84	97,98	5,8
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			717	21,67	22,77	101,30	691,51	27,15
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	80	7,32	7,26	42,11	263,45	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	8,56	34,73	0,02
Итого			280	7,44	7,29	50,67	298,18	0,02
Ужин								
2012	319	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ ,СЛАДКАЯ.	200/5/5	6,05	6,43	39,71	241,91	0,
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	31,58	123,83	0,0
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,0
Итого			450	9,10	8,79	91,36	479,34	0,0
Всего				43,81	45,37	309,23	1 816,88	27,17

Сумма меню: 210р

Утверждаю



МЕНЮ

20 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин- С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ.	200	2,29	3,71	24,62	150,18	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,08	0,00	20,04	81,98	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
			440	5,42	6,07	64,73	345,76	0,00
Итого								
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ.	200	6,35	6,67	32,56	216,16	4,30
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	200	13,20	20,56	838,66	273,75	30,69
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
			650	23,40	27,70	915,90	692,85	35,15
Итого								
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	39,51	152,77	0,00
			250	3,15	3,15	75,89	327,37	0,00
Итого								
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ.	215	15,00	5,73	5,34	134,14	2,42
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,10	0,03	9,88	39,90	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
			455	18,15	8,12	35,29	287,64	2,44
Итого								
Всего				50,12	45,04	1 091,81	1 653,62	37,59

отменено меню; 21/06

МЕНЮ

21 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	200	5,07	3,96	40,27	219,50	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,65	0,16	11,04	46,72	0,13
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	2,80	2,16	18,40	104,13	0,00
Итого			440	8,52	6,28	69,71	370,35	0,13
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200	3,70	3,60	23,77	147,37	4,00
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	120	4,36	2,75	24,04	138,89	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,85	2,99	5,96	54,54	0,85
2012	292	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	14,10	19,67	8,65	267,78	0,67
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	24,44	101,36	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,24	0,43	20,49	100,53	0,00
Итого			680	26,47	29,49	107,35	810,47	6,47
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,00	7,50	37,45	225,00	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,16	0,10	19,11	79,44	0,00
Итого			250	4,16	7,60	56,56	304,44	0,00
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ .	200	2,28	3,63	25,25	145,54	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	21,74	97,31	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	2,95	25,09	142,00	0,00
Итого			450	6,43	6,72	72,08	384,85	40,00
Всего				45,58	50,09	305,70	1 870,11	46,60



МЕНЮ 22 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	1,92	3,16	23,28	130,47	0,9
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,08	0,00	20,09	82,24	0,0
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,0
Итого			440	5,05	5,52	63,44	326,31	0,00
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЮ .	200	4,46	2,51	22,38	132,26	4,89
2012	214	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ.	50	0,80	1,08	7,33	40,52	1,90
2012	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ КУР И ПОДЛИВОЙ.	155/30	11,81	11,20	29,06	257,91	1,02
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	25,75	106,12	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,0
Итого			685	20,63	15,27	105,72	640,81	7,8
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	70	6,19	7,04	32,99	220,30	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	31,12	121,89	0,00
Итого			270	6,19	7,04	64,11	342,19	0,00
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	150	2,72	2,16	22,14	119,13	11,20
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	61	1,82	0,77	12,07	65,91	2,43
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,03	8,01	32,56	0,03
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			451	7,72	5,32	62,29	331,20	13,66
Всего				39,59	33,15	295,56	1 640,51	21,47

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара

Заведующий

Болгова Г. А.

МЕНЮ

23 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, ВЯЗКАЯ.	200	1,98	3,14	25,90	139,76	0,5
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,14	79,83	0,0
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,0
Итого			440	5,21	5,62	65,11	333,19	0,5
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	200	3,24	2,84	20,98	126,27	5,76
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	50	0,40	0,05	0,85	6,51	2,50
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	10,86	11,85	26,00	255,17	13,26
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,06	0,02	18,55	76,30	0,48
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			700	17,91	15,20	87,58	568,25	22,00
Полдник								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ.	30/40	2,49	1,84	38,27	177,31	0,0
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,0
Итого			270	2,61	1,87	46,25	209,72	0,0
Ужин								
2012	168	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ.	200	4,02	7,11	32,71	211,82	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	26,02	118,82	60,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	7,56	9,67	78,80	444,24	60,00
Всего				33,29	32,36	277,74	1 555,40	82,66

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А./**МЕНЮ**
24 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА".	200	1,97	3,48	26,04	149,49	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК .	200	0,07	0,00	19,99	81,81	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,09	5,84	66,10	344,90	0,00
Обед								
2012	88	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И ПШЕНОМ .	200	7,37	9,23	19,91	195,29	4,8
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	3,68	2,07	29,41	152,88	0,0
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	61	1,13	5,25	4,54	70,18	1,76
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	25,75	106,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			661	15,74	17,03	100,81	628,47	6,59
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	80	7,32	7,25	41,91	262,65	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
Итого			280	7,44	7,28	51,83	302,80	0,02
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	220	2,86	5,22	306,71	128,32	16,9
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	31,12	121,89	0,0
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,0
Итого			460	5,91	7,58	357,90	363,81	16,91
Всего				34,18	37,73	576,64	1 639,98	23,52

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А.**МЕНЮ**
27 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ .	200	2,30	3,31	25,39	143,30	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	19,99	81,81	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,42	5,67	65,45	338,71	0,00
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	3,77	4,61	23,12	149,32	4,09
2012	298	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ И МЯСОМ КУР.	200	14,77	17,03	762,44	273,06	27,98
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	25,75	106,12	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	22,10	22,12	832,51	632,50	32,07
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,00	7,50	37,45	225,00	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
Итого			250	4,00	7,50	63,73	327,54	0,00
Ужин								
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ .	70	13,02	2,98	13,77	134,14	0,40
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	150	2,78	4,84	19,33	141,75	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	1,77	15,05	85,20	0,00
Итого			450	18,19	9,62	58,07	401,24	0,42
Всего				49,71	44,91	1 019,76	1 699,99	32,49

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А.

МЕНЮ

29 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, ВЯЗКАЯ.	200	1,98	3,14	25,90	139,76	0,56
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	19,99	81,81	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,10	5,50	65,96	335,17	0,56
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	7,75	5,08	28,97	193,29	4,00
2012	190	МАКАРОННИК С МЯСОМ КУР .	200	19,96	17,71	37,59	378,73	0,00
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК .	200	0,06	0,06	17,23	71,35	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	31,12	23,29	104,99	747,37	5,17
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	6,12	6,03	40,53	239,97	0,03
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
Итого			280	6,12	6,03	66,81	342,51	0,03
Ужин								
2012	127	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ .	150	2,17	3,69	19,05	118,44	8,60
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,13	5,25	4,54	70,18	1,70
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,16	0,00
Итого			450	6,47	11,33	53,58	342,37	10,41
Всего				48,81	46,15	291,34	1 787,42	16,17

МБДОУ "Детский сад № 10"

МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А.

28 июля 2026 г.

Аллергик

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	1,40	2,72	26,20	136,42	0,0
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,0
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,0
Итого			440	4,57	5,11	56,19	290,17	0,02
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНА.	200	4,92	4,35	28,18	178,87	5,51
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	50	0,40	0,05	0,85	6,51	2,50
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,32	6,74	36,24	260,39	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,22	13,19	7,05	199,65	0,34
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,0
Итого			700	35,54	24,91	117,20	854,47	48,3
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,14	79,83	0,00
Итого			250	3,33	3,27	55,52	254,43	0,00
Ужин								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, ВЯЗКАЯ.	200	1,98	3,14	25,90	139,76	0,56
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	1,77	15,05	85,20	0,00
Итого			430	4,27	4,91	67,23	327,50	0,56
Всего				47,71	38,20	296,14	1 726,57	48,93

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А.**МЕНЮ**
30 июля 2026 г.**Аллергик**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ.	200	3,70	6,13	25,83	186,45	0,0
2012	397	КАКАО С САХАРОМ.	200	0,18	0,12	19,14	79,83	0,0
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,0
Итого			440	6,93	8,61	65,04	379,88	0,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,85	5,31	186,24	145,04	10,61
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	49	0,91	4,26	3,69	56,95	1,38
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	10,89	13,33	34,96	295,88	1,57
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,18
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			699	19,50	23,37	269,57	700,81	13,72
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,85	0,0
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,0
Итого			250	5,41	5,37	41,45	231,26	0,02
Ужин								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	26,02	118,82	60,00
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, ВЯЗКАЯ.	200	1,98	3,14	25,90	139,76	0,56
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,52	5,70	71,99	372,18	60,56
Всего				37,36	43,05	448,05	1 684,13	74,30

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара

Болгова Г. А.

МЕНЮ

31 июля 2026 г.

Аллергик



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	2,48	4,18	25,84	152,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	0,07	0,00	19,99	81,81	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			440	5,60	6,52	65,90	347,85	0,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	3,11	4,81	25,09	156,77	4,16
2012	214	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ.	50	0,81	1,09	7,71	42,23	1,91
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ .	200	11,85	11,82	28,70	260,56	13,47
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК .	200	0,06	0,06	19,17	79,09	0,60
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			700	19,18	18,22	101,87	642,65	20,14
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	80	7,32	7,26	41,72	261,90	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	31,58	123,83	0,00
Итого			280	7,32	7,26	73,30	385,73	0,00
Ужин								
2012	319	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ ,СЛАДКАЯ.	200/5/5	6,05	4,49	34,87	205,12	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			450	9,22	6,88	64,86	358,87	0,02
Всего				41,32	38,88	305,93	1 735,10	20,16